



UNIVERSITE
Abdelhamid Ibn Badis
MOSTAGANEM

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس " مستغانم "

معهد التربية البدنية و الرياضية

قسم التدريب الرياضي

مذكرة ضمن متطلبات لنيل شهادة الليسانس في التدريب الرياضي

دوافع إختيار مهنة التدريب من وجهة نظر المدرّبين.

بحث مسحي أجري على مدرّبين كرة القدم لولاية غليزان.

تحت إشراف :

د. حرباش ابراهيم

من إعداد الطلبة:

محمد عبد الله ميلود يونس

محمد يحي أنس عبد الجلال

الموسم الجامعي: 2015/2014

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الشكر و التقدير

أشكر الله من أحيانا و سخرنا طالبان للعلم و المعرفة ، شكرا لكل من علمنا حرفا من أول عمرنا إلى يومنا هذا.

نتقدم بخالص الشكر و التقدير و الاحترام إلى الأستاذ المشرف الدكتور حرباش إبراهيم الذي تابع مراحل إنجاز هذه المذكرة المتواضعة بشكل نهائي .

- كما نتقدم بالشكر و التقدير إلى السادة الأساتذة و الدكاترة على كل التوجيهات القيمة و التشجيع التي قدموها لنا لإتمام هذه المذكرة .

شكر خالص إلى لجنة المناقشة التي قبلت المناقشة و دعمت المذكرة بمجموعة من الملاحظات العلمية التي سوف يأخذ بها الطالب الباحث مستقبلا.

و قبل أن نختم تشكراننا نتوجه بالشكر إلى من ساهموا في إنجاز هذا البحث من قريب أو من بعيد.

إهداء

أهدي ثمرة جهدي إلى كل من يحمل مشعل النور ليضيء للأجيال طريق الهدى و العلم
و ينصر الدين من جاء رحمة للعالمين الحبيب المصطفى محمد صلى الله عليه و سلم .

قال الله تعالى " و قضى ربك ألا تعبدوا إلا إياه و بالوالدين إحسانا "

إلى أول من نطق بهما لساني و ذكرهما برق شعوري نعم عيني ، إلى من أهدتني
الرعاية و الحنان و زرعت في قلبي حب الله هي أغنى إنسان في الوجود ...أمي...أمي
...أمي ربها الله.

إلى كل من صبر و تكبد المشاق و احتمل صعاب الدنيا و أشواكها ...إلى من أفنى
عمره لبراني أتقك هذه الدرجات لأحي حياة أفضل أبي العزيز .

إلى مصدر بركتي جدي أطال الله في عمرهما و أمدهما الصحة و العافية - إلى كل
من هم سندي في الحياة أخواتي .

إلى التي لو جمعت الدنيا كلها و وضعتها بين أيديها ما وفرت ولو جزءا يسيرا من حقها
، التي ساندتني و مدتني بالطاقة دائما و كلما احتجت إليها أجدها تؤازرنني أم الخير .

إلى كل أعمامي و أزواجهم و إلى جميع الأقارب دون قيد أو نسيان إلى عائلة عبد الله
ميلود.

إلى من جمعني بهم القدر و قضيت معهم أسعد اللحظات: انس، إلياس، بن عودة

، سفيان، حمزة، خالد، عمر، امين، جيلالي...إلخ

إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد بإنجاز هذا العمل و لو بالشيء القليل .

الإهداء

إلى كلّ من نطق بكلمة التّوحيد بلسانه وصدّقها بقلبه وكيانه، وظهرت على جوارحه.
إلى كلّ من صلّى على خير البرية واتّبع سنّته الزكّية المطهرة بإخلاص وحسن نيّة محمّد
صلّى الله عليه وسلّم.

إلى كلّ من شمر سلاح القلم ورفع راية العلم لينير الأبصار والعقول. أهدي ثمرة عملي
المتواضع .

إلى التي لو جمعت الدنيا كلّها ووضعتهما بين أيديها ما وفّرت ولو جزءا يسيرا من حقّها
أمّي ثم أمّي ثم أمّي الغالية .

إلى القلب الواسع والصدر الدافئ أبي العزيز أطال الله عمرهما في طاعته.
إلى كلّ أعمامي و أزواجهم و إلى جميع الأقارب دون قيد أو نسيان إلى عائلة يحيى.
إلى من جمعني بهم القدر و قضيت معهم أسعد اللحظات : ابن عمي حسين -
أيوب - وأصدقائي اولهم بن ماهي ياسين المنخرط في صفوف الجيش الوطني
- طاهر احمد - أحسن وليد - ميطاوي حسين - بن درار بلال .

فهرس المحتويات

الصفحة

الموضوع

أ..... شكر وتقدير
ب..... إهداء

قائمة المحتويات

ج..... الجداول
د..... قائمة الأشكال

تعريف بالبحث

01..... مقدمة
02..... 1-الإشكالية
04..... 4-الهدف العام
04..... 5-الأهداف الجزئية
04..... 6-الفرضيات
04..... 7-أهمية البحث
05..... 8-المصطلحات الإجرائية للبحث
05..... 9-الدراسات المشابهة
05..... 9-1 دراسة الباحث مروان حسن مصطفى رجب 2002
06..... 9-2 دراسة الباحث حبيب حبيب العدوي 1987
07..... 9-3 دراسة الباحث عبد اللطيف محمد خليفة
07..... 10-تحليل الدراسات المشابهة
08..... 11- أوجه الإستفادة من الدراسات المشابهة

الباب الأول

الدراسة النظرية

الفصل الأول : الدافعية

12..... تمهيد

12	1-تعريف الدوافع.....
12	2-مفهوم الدافعية.....
13	3-أنواع الدوافع.....
13	3-1-الدافع الفطري.....
13	3-2-الدافع المكتسب.....
13	3-3-الدافع الشعوري.....
13	3-4-الدافع اللاشعوري.....
13	4-خصائص الدوافع.....
14	5-وظائف الدوافع.....
14	5-2-اداء وظيفة الإختيار.....
15	5-3-توجيه السلوك نحو الهدف.....
15	6-تصنيف الدوافع.....
15	6-1-الدوافع الداخلية.....
16	6-2-الدوافع الخارجية.....
16	6-2-1-دافع الانتماء والدافع القوة والسيطرة.....
18	خاتمة.....

الفصل الثاني : المدرب ومهنة التدريب الرياضي

21	تمهيد.....
21	1-التدريب الرياضي.....
21	1-1-نبذة تاريخية عن التدريب البدني..والرياضي.....
21	1-2-مفهوم التدريب الرياضي.....
21	1-3-خصائص التدريب الرياضي.....
22	1-4-خصوصية التدريب.....
22	1-5-الأهداف العامة للتدريب الرياضي.....
22	1-6-متطلبات التدريب الرياضي.....
22	2- المدرب والتدريب الرياضي.....
22	2-1 ماذا تعني كلمة التدريب.....
23	2-2 تعريف التدريب.....
23	2-3 أهداف التدريب.....
24	2-4 شخصية المدرب وخصائصه.....
24	2-4-1 الصفات الشخصية للمدرب.....

- 24..... 2-4-2 الصفات المهنية للمدرب الرياضي .
- 25..... 3-4-2 الصفات الصحية للمدرب الرياضي.
- 25..... 4-4-2 الصفات الفنية للمدرب الرياضي
- 27..... 5-2 الأنماط الشائعة للمدرب الرياضي.
- 27..... 1-5-2 في مجال العلاقة مع اللاعبين
- 27..... 5-1-5-2 المدرب المسيطر
- 27..... 1-2-5-2 المدرب الديمقراطي
- 28..... 3-1-5-2 المدرب الموجه
- 28..... 2-5-1 في مجال تخطيط و تنفيذ التدريب
- 28..... 1-2-5-1 علمي- نظري
- 29..... 2-2-5-1 خبراتي- عملي
- 29..... 3-2-5-1 علمي - خبراتي
- 29..... 3-5-1 في مجال التوجيه والإرشاد في المنافسة.
- 29..... 1-3-5-1 خططي
- 29..... 2-3-5-1 نفساني
- 29..... 3-3-5-1 انفعالي
- 30..... 6- واجبات المدرب الرياضي
- 30..... 6-1 تخطيط التدريب
- 31..... 2-6-1 أداء عملية التدريب
- 31..... 3-6-1 تقييم النجاح في عملية التدريب
- 31..... 4-6-1 رعاية اللاعب
- 31..... 5-6-1 توجيه اللاعب و إرشاده.
- 32..... 7-1 المدرب الرياضي كقائد
- 32..... 8-1 المدرب و اتخاذ القرار.
- 33..... 9- دافعية المدرب الرياضي
- 34..... 1-9-1 دوافع رياضية.
- 34..... 2-9-1 دوافع مهنية.
- 34..... 3-9-1 دوافع اجتماعية.
- 34..... 4-9-1 تحقيق و إثبات الذات
- 35..... خاتمة

الفصل الثالث :التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم

38	تمهيد.....
39	التدريب الرياضي الحديث في كرة القدم.....
39	1- مفهوم الحمل ومكوناته ودرجاته.....
39	1-2- مفهوم حمل التدريب.....
40	2- درجات الحمل.....
	3- الكثافة(كثافة
42	الحمل).....
43	1-3- الإعداد البدني.....
43	1-4- الإعداد المهاري.....
44	1-5- الإعداد الخططي.....
44	1-6- الإعداد النفسي.....
45	خاتمة.....

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

الفصل الأول : منهجية البحث والإجراءات الميدانية

47	تمهيد.....
49	الدراسة الاستطلاعية.....
49	1-1 الغرض منها.....
49	1-2 الخطوة الأولى.....
49	1-3 الخطوة الثانية.....
49	1-4 الخطوة الثالثة.....
50	2- الدراسة الأساسية.....
50	1-2 منهج البحث.....
50	2-2 مجتمع عينة البحث.....
50	2-3 عينة البحث.....
51	2-3 مجالات البحث.....
51	2-3-1 المجال البشري.....
51	2-3-2 المجال المكاني.....
52	2-3-3 المجال الزمني.....
52	2-4 متغيرات البحث.....

1-4-2 المتغير

52	المستقل.....
52	2-4-2 المتغير التابع.....
52	3-4-2 المتغيرات العشوائية.....
53	5-2 أدوات البحث.....
53	1-5-2 الأدوات البيداغوجية.....
53	6-2 الوسائل الإحصائية.....
53	1-6-2 النسبة المئوية.....
54	2-6-2 اختبار مربع كاي 2.....
54	7-2 الأسس العلمية للأداة.....
55	8-2 صعوبات البحث.....
56	خاتمة.....

الفصل الثالث: عرض و تحليل النتائج

62	تمهيد.....
89-58	عرض النتائج الميدانية من جدول 01 إلى 24.....
90	الاستنتاجات.....
91	عرض و مناقشة الفرضيات.....
91	مناقشة الفرضية الأولى.....
91	مناقشة الفرضية الثانية.....
92	الاقتراحات و التوصيات.....
94	خلاصة عامة.....

المراجع و المصادر

الملاحق

ملخص الدراسة

ملخص الدراسة باللغة الأجنبية

قائمة الجداول :

الصفحة	العنوان	الرقم
59	يمثل إعتبار ممارسة الرياضة دافع لإختيار مهنة التدريب الرياضي	01
69	يمثل إعتبار الحصول على وظيفة دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة	02
61	يمثل رجوع المدرب لإختيار مهنة التدريب الرياضي	03
62	يمثل إعتبار المزايا الصحية و البدنية دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة	04
63	يمثل دفع ظروف إنجاز حصة التدريب لإختيار التدريب كمهنة	05
65	يمثل الأمور التي جعلت المدرب يختار التدريب الرياضي كمهنة	06
66	يمثل شرط المواظبة و الإنضباط في التدريبات لتحقيق النتائج الإيجابية	07
67	يمثل تأثير فرض الإنضباط داخل الفريق من قبل المدرب لتحقيق النتائج الإيجابية	08
69	يمثل الطريقة المثالية للتعامل مع سلوكيات اللاعب في حالة غيابه عن الحصص التدريبية	09
70	يمثل تأثير غياب المدرب عن الحصص التدريبية في مردود الفريق	10
71	يمثل تأثير أسلوب التشجيع و التحفيز على مردود الفريق	11
73	يمثل التعامل مع النتائج السلبية للفريق بعد أحد المباريات	12
74	يمثل إخبار المدرب للاعبين بنوع حلقة التدريب التي يخطط لها قبل التسخين	13
75	يمثل إستخدام إسم اللاعب من قبل المدرب عند التحدث إليه	14
76	يمثل تحنئة اللاعب من قبل المدرب عندما يتدرب بجدية	15
77	يمثل مساعدة اللاعب من قبل المدرب بوضع الأهداف لحلقات التدريب الخاصة به	16
78	يمثل قول السلام عليكم في نهاية حلقات التدريب من قبل المدرب	17
80	يمثل طلب المدرب من اللاعب إخباره بما يحبه ولا يحبه عن حلقات التدريب التي تقوم بها	18
82	يمثل تلبية الراتب الشهري لحاجيات المدرب الأساسية	19
83	يمثل الحصول على راتب شهري لمواجهة تكاليف الحياة دافع لإختيار مهنة التدريب	20
84	يمثل إستحقاق المدرب لما يتقاضيه	21
86	يمثل راتب مهنة التدريب مقارنة برواتب العاملين في قطاعات أخرى	22
87	يمثل توفير الكسب المادي الشريف من قبل مهنة التدريب	23
88	يمثل العيش براحة بالنسبة للعاملين في مهنة التدريب	24

قائمة الأشكال :

الصفحة	العنوان	الرقم
59	يمثل إعتبار ممارسة الرياضة دافع لإختيار مهنة التدريب الرياضي	01
60	يمثل إعتبار الحصول على وظيفة دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة	02
62	يمثل رجوع المدرب لإختيار مهنة التدريب الرياضي	03
63	يمثل إعتبار المزايا الصحية و البدنية دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة	04
64	يمثل دفع ظروف إنجاز حصة التدريب لإختيار التدريب كمهنة	05
66	يمثل الأمور التي جعلت المدرب يختار التدريب الرياضي كمهنة	06
67	يمثل شرط المواظبة و الإنضباط في التدريبات لتحقيق النتائج الإيجابية	07
68	يمثل تأثير فرض الإنضباط داخل الفريق من قبل المدرب لتحقيق النتائج الإيجابية	08
70	يمثل الطريقة المثالية للتعامل مع سلوكيات اللاعب في حالة غيابه عن الحصص التدريبية	09
71	يمثل تأثير غياب المدرب عن الحصص التدريبية في مردود الفريق	10
72	يمثل تأثير أسلوب التشجيع و التحفيز على مردود الفريق	11
74	يمثل التعامل مع النتائج السلبية للفريق بعد أحد المباريات	12
75	يمثل إخبار المدرب للاعبين بنوع حلقة التدريب التي يخطط لها قبل التسخين	13
76	يمثل إستخدام إسم اللاعب من قبل المدرب عند التحدث إليه	14
77	يمثل تهنئة اللاعب من قبل المدرب عندما يتدرب بجدية	15
79	يمثل مساعدة اللاعب من قبل المدرب بوضع الأهداف لحلقات التدريب الخاصة به	16
80	يمثل قول السلام عليكم في نهاية حلقات التدريب من قبل المدرب	17
81	يمثل طلب المدرب من اللاعب إخباره بما يحبه ولا يحبه عن حلقات التدريب التي تقوم بها	18
83	يمثل تلبية الراتب الشهري لحاجيات المدرب الأساسية	19
84	يمثل الحصول على راتب شهري لمواجهة تكاليف الحياة دافع لإختيار مهنة التدريب	20
85	يمثل إستحقاق المدرب لما يتقاضيه	21
87	يمثل راتب مهنة التدريب مقارنة برواتب العاملين في قطاعات أخرى	22
88	يمثل توفير الكسب المادي الشريف من قبل مهنة التدريب	23
89	يمثل العيش براحة بالنسبة للعاملين في مهنة التدريب	24

التعريف بالبحث

مقدمة :

يحتل التدريب في عصرنا هذا مركز الصدارة في النشاط الإنساني، إذ أصبح هو العملية الشاملة لتحسين الهادف لأداء الرياضي والذي يتحقق من خلال برنامج مخطط للإعداد والمنافسات، وإذا كانت تتسم بهذه الأهمية وتحظى بتلك المكانة المرموقة في الدول المتقدمة، فإنها أكثر إلحاحا في البلدان النامية لكونها تعمل من اجل الإلتحاق بالركب التكنولوجي رغبة في التطور العلمي والمهني والإجتماعي والإقتصادي والرياضي... الخ

والتدريب على اساس انه نظام رياضي وهو عملية ممارسة تتميز بالدينامكية والتغيير المستمر، ولا بد ان يديرها مدرب متخصص يتمثل دوره القيادي في خلق إطار عمل يستطيع من خلال اللاعب والفريق تنمية وتطوير قدراتهم الكامنة. وقد إسحوذ التدريب الرياضي في هذه السنوات بصورة مضطرة على مكانته كعلم أكاديمي، وأصبح لا يقتصر تناوله في برامج المراحل الجامعية فحسب بل نالت دراسات وأبحاث التدريب الرياضي إهتماما متزايدا في برامج الدراسات العليا في العديد من الأوساط العلمية على مستوى العالم.

ويختص التدريب كمهنة ظهرت مؤخرا، ويقدم للمدرب فرصة لمساعدة الشباب لكي يكونو رياضيين افضل، والأهم من ذلك ان يصبحوا بشرا أفضل، وإن الشخص الذي لم يتح له بالقيام بمهنة التدريب من قبل سيكون في إنتظاره خبرات عديدة في المجال التدريب ربما يكون لديه احلام يقظة أن يحمله اللاعبون على أكتافهم بعد إحراز بطولة او ربما يرى أحد اصدقائه او جيرانه يهنتونه على موسم جديد.

ومثل اي مهنة فالتدريب له نجاحاته وإخفافته ولكن إذا كنت مستعدا لهذه المهنة فإنك ستشعر بالنجاحات أكثر.

إن المبدأ الرئيسي لكل المهن التي تقوم على المساعدة هو ان تعتني بنفسك أولا بحيث يمكنك الإعتماد بالآخرين فالتدريب مهنة تقديم المساعدة، وكلما ازدادت عنايتك بنفسك بدنيا وعقليا كلما تحسنت قدرتك على سماعدة اللاعبين الآخرين.

ويقع البحث الحالي ضمن الدراسات التي تسعى إلى التعرف على دوافع إختيار المهني من حيث هو إحدى فروع علم النفس الرئيسية في وقتنا الحاضر ويمثل الأسس الهامة لعملية التعلم وطرق التكيف مع العالم الخارجي، وقد أجمع علماء النفس على ان الدوافع هي محركات السلوك اليومي على وجه العموم. ولقد بدأ ظهور مصطلح الدافعية **motivatoin** في سنة 1880م تقريبا في إنجلترا وأمريكا، في كتابات العلماء ذوي النزعة الوظيفية الذين تكلموا عن الغبة، والقصور، والإرادة، والفعل الإرادي وقد اشار صالح عن (sally)، إلى أن الرغبة التي تسبق الفعل "السلوك" وتحدده تسمى القوة الدافعية أو المثير الدافع. (صالح، 1982).

1. الإشكالية:

يحتاج الإنسان إلى مايقود تفكيره ويوجه أفعاله إبتداء من مواجهة ظروفه الحياتية اليومية العادية وانتهاء إلى مواجهة مصيره (الخولي، 1996)

وواقع ان الفرد يختار مهنة المستقبل نتيجة لمجموعة من العوامل والدوافع الشخصية والبيئية والإجتماعية والنفسية والإقتصادية.وقد تكون هذه العوامل والدوافع رافقت الفرد منذ سن مبكرة وتفاعلت مع بعضها البعض عبر سنوات العمر فشكلت دافعية لدى الفرد لإختيار مهنة معينة يستطيع من خلالها إشباع الحاجات المتولدة عنده.

وقد إجتذبت هذه الظاهرة العديد من العلماء النفس فانكبوا على دراستها وحاولوا التعرف إلى العوامل التي تسهم في توجيه إهتمامات الفرد نحو مهنة دون غيرها وتحليلها ومعالجتها. وقد نتج عن ذلك ظهور عدد من النظريات المتصلة بعملية إختيار المهني تهدف إلى تفسير هذه الظاهرة وإلى مساعدة الفرد على فهم ذاته وتحديد مشكلاته والإستفادة من خصائصه الذاتية على إختيار المهني المناسب بحكمة وإعتدال لكي يتسنى الإختيار في جو من السعادة. (محمد عبد الكريم أبو، 1998)

فمهنة التدريب الرياضي في العصر الحديث في كرة القدم من المجالات التي توسعت بشكل كبير على المستوى الإجتماعي،بعد أن زاد وعي الجماهير بقيمها الصحية والترويحية والتربوية،ولقد أصبحت من الأنشطة الإنسانية المتدخلة في وجدان الناس جميعاً على مختلف أعمارهم وثقافتهم وطبقاتهم...الخ.كما تعتبر هذه المهنة نمط من التوظيف يشتمل على أغراض رئيسية في حياة الفرد،فهي أكبر من كونها من مجرد عمل أو وظيفة لكسب العيش،فهي تتيح الفرص ليستمر تقدم الفرد بشكل مضطرد نحو تحقيق أهداف مهنية،نفسية،وإجماعية جديدة بالرضا والقبول خلال الحياة العملية المهنية للفرد. (أنوراخولي، أمين)

ولقد أصبح التدريب في كرة القدم عملية معقدة تستدعي علما وممارسة ميدانية وليس أحدهما فقط. كما إن الاعتماد على الخبرة الميدانية دون اللجوء إلى العلم يخل بإحدى القواعد الأساسية لتطور تلك الخبرة والعمل على نموها بل سيجد منها ويجعل من صاحبها مدربا ينقصه الكثير مهما كانت خبرته العلمية حيث أن التدريب الرياضي بصفة عامة وتدريب كرة القدم بصفة خاصة هو إعداد لاعب الكرة إعدادا فسيولوجيا يتكيف أجهزته الحيوية مع المجهود المبذول والأداء المطلوب خلال المباراة وكذا إعداده مهاريا ،بدنيا وخططيا بحمل مناسب سواء من حيث الشدة والحجم.

وإن التخطيط للتدريب في كرة القدم وسيلة ضرورية للتقدم بحالة اللاعبين، حيث يحدد مضمون ومحتويات عملية التدريب بطريقة منظمة تؤدي إلى أعلى مستوى للأداء خلال المنافسات. ولكي يمكن الوصول في تدريب كرة القدم إلى المستويات العالمية يجب إتباع الطرق العلمية مع إعطاء الوقت الكافي لذلك و من بين الطرق العلمية المنتهجة طريقة استخدام التدريبات على الملاعب المصغرة. والمدرّب الرياضي عامل شأنه كشأن إخوانه في المهن الأخرى يهيمه أمر مستقبله كما يهيمه أمر حاضره، وهو طموح كغيره من العاملين في المجالات الأخرى، يطمح من خلال مهنته إلى إشباع رغباته وإثبات شخصيته واعتلاء مكانة إجتماعية مرموقة، خاصة وأن المهنة التي إختارها (مهنة التدريب الرياضي رياضة كرة القدم) .

2-التساؤل العام(الرئيسي):

ماهي الدوافع التي كانت وراء إختيار مدربين كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي .

3-التساؤلات الفرعية:

أ-هل تختلف الدوافع التي كانت وراء اختيار مدربين كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي

ب-هل الدوافع لها تأثير على إختيار مدربين كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي .

ج-هل المتغيرات الديمغرافية لها تأثير على دوافع إختيارمدربين كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي .

4-الهدف العام :

التعرف على الدوافع التي مدربي كرة القدم لإختيار التدريب الرياضي كمهنة .

5-الأهداف الجزئية:

1-معرفة إختلاف الدوافع التي كانت وراء إختيارمدربين كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي .

2-معرفة مدى تأثير الدوافع على إختيار مدربين كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي .

3-معرفة المتغيرات الديمغرافية وتأثيرها على دوافع إختيارمدربين كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي .

6-الفرضية العامة :

تختلف دوافع إختيار مدربي كرة القدم كرة القدم للتدريب الرياضي كمهنة.

7-الفرضيات الجزئية:

1-يتميزمدربين كرة القدم بدوافع التي تكون وراء إختيار مهنة التدريب الرياضي التالية:الحب لمهنة،حب اللاعبين،نظرة تختار مجتمع التدريب،خلق العلاقات...الخ.

2-الدوافع لها تأثير على إختيار مدربين كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي.

8-اهمية البحث:

تمكن أهمية البحث في جانين أساسين:

أ: الجانب النظري:

- تزويد المكتبة بالدراسات العلمية و العملية و المعطيات النظرية الميدانية ،حيث تكون مصدر علمي للبحوث المستقبلية في مجال التربية و الرياضية.

-إبراز انسب وسائل القياس و التقويم المناسبة لإصدار أحكام موضوعية حلول مدى تأثير الوحدات التعليمية المقترحة.

ب- الجانب التطبيقي:

- تنحصر أهمية البحث في دوافع إختيار مهنة التدريب الرياضي(كرة القدم).

9-المصطلحات الإجرائية للبحث:

-الدافعية:هي ببساطة حالات منشطة داخلية للحيوان والإنسان،تؤدي إلى التحفيز،وتوجيه السلوك. يعرفها محمد حسين أبو عبيد(1987-ص143)مشير داخلي يحرك سلوك الفرد ويوجهه للوصول إلى هدف معين.

-التدريب الرياضي: يعرف التدريب الرياضي من العمليات التعليمية و التنموية التربوية التي تهدف إلى تنشئة و إعداد اللاعبين / اللاعبات و الفرق (مهنة التدريب أسس وتطبيق، 2011).

-المهنة: إنها مهنة من التوظيف يشمل على أغراض رئيسية في حياة الفرد،فهي أكبر من كونها مجرد عمل أو وظيفة لكسب العيش (مهنة التدريب أسس وتطبيق، 2011).

10-الدراسات المشابهة:

10-1دراسة مروان حسن مصطفى رجب 2002:

عنوان الدراسة:سمات الدافعية وعلاقتها بأداء لاعبي المستوى العالي في كرة اليد.

أهداف البحث:

1-دراسة مستوى أداء لاعبي المستوى العالي في كرة اليد في بعض المتغيرات الدفاعية والهجومية خلال المباريات.

2-دراسة السمات الدفاعية المميزة للاعبين المستوى العالي في كرة اليد.

3-تحديد نوعية العلاقة بين سمات الدفاعية المميزة للاعبين المستوى العالي والمستوى المحلي في كرة اليد وفي بعض المتغيرات الدفاعية والهجومية والدفاعية خلال المباريات.

-منهج البحث:إستخدام الباحث في هذه الدراسةالمنهج الوصفي "الدراسة المسحية".

-عينة البحث:شملت عينة الدراسة 150 لاعبا لكرة اليد مقسمين إلى مجموعتين وهما:

-المجموعة الأولى وتمثل في لاعبي المنتخب الوطنية لكل من مصر تونس الجزائر المغرب.

-المجموعة الثانية وتمثل في لاعبي الأندية الوطنية الجمهورية مصر العربية على النحو التالي:الزمالك،الأهلي،سبورتى نج،الإسماعيلية،بور سعيد.

-أدوات البحث: مقياس تقدير السمات الدفاعية الرياضية تصميم تتكو وريتشارد وتعديل محمد حسن علاوي وقد تضمن المقياس 55 عبارة موزعة 11 سمة وهي على النحو التالي(الحافز-العدوان-التصميم-المسؤولية- القيادة-الثقة بالنفس-التحكم الإنفعالي-الصلابة-التدريبية-الضمير الحي-الثقة بالآخرين).

-اهم نتائج البحث:

- 1-تفوق المستوى المحلي عن المستوى الدولي في سمات العدوان،التدريبية،واضمير الحي.
- 2-وجود فروق معنوية بين المستويين في عناصر الاستكشاف.
- 3-تميز اللاعبين(دولي-مصر)الذين حصوا على رمية ال7 أمتار في سمة العدوان عن اللاعبين الذين لم يحصلوا على رمية 7 أمتار.

10-2-دراسة حبيب حبيب العدوي1987:

عنوان الدراسة:"بعض المتغيرات الشخصية وعلاقتها بالمستوى الرياضي لدى لاعبي كرة الطائرة"

الهدف:يهدف إلى التعرف على الفروق بين لاعبي المستوى العالي والمستوى الرياضي الأقل في السمات الدفاعية الرياضية.

العينة:عددها 106 لاعب من الدرجة الأولى من لاعبي كرة الطائرة.

المنهج:إستخدم المنهج الوصفي.

أدات البحث: قائمة الدفاعية الرياضية التي أعدها تتكو وعرفها محمد حسن العلاوي.

نتائج البحث:قد أسفرت أهم نتائج الدراسة عن وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائية بين أبعاد سمات الدفاعية(الحافز-التصميم-المسؤولية-التحكم الإنفعالي-الثقة بالنفس-التدريبية-الثقة بالآخرين)والمستوى الرياضي للاعبي الكرة الطائرة.

10-3-دراسة الباحث:عبد اللطيف محمد خليفة

وهي رسالة دكتوراه منشورة تحت عنوان "الدافعية للإنجاز"،وهي دراسة مقارنة بين عينتين من طلاب الجامعة في كل من مصر والسودان.وطرح الباحث مجموعة من التساؤلات هي:

-هل تنتظم مكونات الدافعية للإنجاز في عامل واحد أم في أكثر من عام لدى كل من الطلاب المصريين والسودانيين؟

-هل تختلف درجة الدافعية باختلاف الجنس؟

-هل توجد علاقة بين الدافعية للإنجاز ومستوى الدراسي؟

ولقد قام باقتراح مجموعة من الفرضيات لإجابة على التساؤلات السابقة وكانت صياغتها على النحو التالي :

-تنظيم مكونات الدافعية للإنجاز في عامل واحد سواء لدى الطلاب المصريين أو السودانين .

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب المصريين والاب السودانين .

-تختلف الدافعية للإنجاز باختلاف الجنس والجنسية .

10- تحليل الدراسات المشابهة :

نظرا لتعدد المتغيرات المتضمنة بالبحث و المتمثلة في الدوافع ، و بعد تصنيف و عرض الدراسات المرتبطة، و في

حدود ما أتيح للباحث من إطلاع و دراسة أمكن له التوصل إلى الإستخلاصات الهامة التالية:

- اتفقت الدراسات في استخدام المنهج الوصفي حيث تتناسب مع طبيعة و أهداف الدراسة.

- بالنسبة للاستبيانات المستعملة و المقاييس قيد البحث ففي متغير الانفعالات النفسية تباينت الدراسات

السابقة في المقاييس المستخدمة، و كان أغلب المقاييس استخداما مقياس توماس، " لتتكو" و " ريتشارد".

المنهج و العينة :

يلاحظ من الدراسات السابقة المتشابهة السابق عرضها ما يلي :

- اتفقت الدراسات في المنهجية التي تناسب و أهداف الدراسة، حيث تم استخدام المنهج الوصفي لجميع الدراسات و البحوث تقريبا .

الأدوات :

إن معظم الدراسات استخدمت مقياس العمدي الذي أعدها في الأصل " توماس تنكو " و " ريشارد " .

المعالجة الإحصائية :

اختلفت الأساليب الإحصائية الخاصة بالدراسات المتشابهة و البحوث السابقة لإختلاف الهدف من كل دراسة إلا أنها إتفقت جميعا على استخدام المعالجة الإحصائية المتداولة في كل البحوث و الممثلة في النسبة المئوية إلى جانب دلالة العروق و بعضها استعملت معاملات الارتباط بإضافة إلى دلالة العروق إلى جانب المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري... إلخ.

11- أوجه الإستفادة من الدراسات المشابهة:

- لم نقم بعرض الدراسات السابقة و المشابهة من المذكرة فقط و لكن كانت هناك أوجه استفادة من خلال مطالعتنا للبحوث و الدراسات السابقة و تتمثل في الآتي :
- الاستفادة من هذه البحوث و الدراسات في مجال البحث المكتبي و جمع المادة الأساسية للدراسة.
- التعرف على المنهج المستخدم في هذه الدراسات و الذي يهدف إلى ما هو كائن في الوقت الحالي.
- نوعية و حجم و كيفية اختيار العينة .
- الطرق الإحصائية المستخدمة و ذلك من دراسة لأخرى حسب حجم و نوعية العينة التي تم التطبيق عليها.
- التعرف على وجود أداة البحث ثم التحقق من صدقها و ثباتها في العديد من الدراسات على عدد الرياضات.

الباب الأول:

الدراسة النظرية

الفصل الأول

الدافعية

تمهيد:

مما شك فيه ان موضوع الدافعية يحتل أهمية كبية عند علماء النفس في معظم دراستهم، نظرا لأهميتها البالغة وتأثيرها الكبير على الرياضين خاصة والرياضة عامة.

وقد جرت العادة عن اقتران هذا الموضوع (الدافعية) بمقولة مشهورة والتي تقول في نصها "يمكنك ان تقود الحصان الى النهر لكنك لا تستطيع ان تجره على الشرب"

بمعنى ان الحصان سيشرب بمحض ارادته عندما يكون بحاجة الى الماء أي عندما تكون لديه دافعية الى الشرب.

وفي مجال علم النفس الرياضي استعارة المقولة التي سبق ذكرها وتطبيقها في المجال الرياضي التي يمكن نصها اي يمكن ان تقود المدربين الى إختيار التدريب الرياضي كمهنة ولكنك لاتستطيع أن تجره اختيارها ومما سبق ذكره يمكننا ان نقول أن الإختيار لا يتحقق إلا بوجود دافعية.

1-تعريف الدوافع :

من المتعارف عليه من السيكولوجين أن سلوك الأفراد ناتجة عن دوافع وقد وردت عدت تعاريف للدوافع منها من كانت تصب في صميم واحد ومنها ون كانت تعبر عن آراء ومن هذه التعاريف :

تعريف "لأسامة كامل راتب" حيث يرى أن الدوافع هي حالة من التوتر يثير السلوك في ظروف معينة وتوجهه وتؤثر عليه ، بمعنى آخر حالة من نوع خاص توجه سلوك الفرد (راتب ا.، 1990)

2-مفهوم الدافعية :

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام عدد كبير من علماء النفس ، وبالتالي تعددت محاولات تعريفها ومن هذه التعاريف نذكر :

التالذي يرى ان الدافعية هي "المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك ، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة، وبمثيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى" (جادو علم التربوي)

3-أنواع الدوافع:أجمع الدارسون للسلوك الإنساني على تمييز أربع من الدوافع المتمثلة كما يلي :

3-1-الدافع الفطري: يمتاز بأنه عام ومشارك بين جميع أفراد النوع من أمثلة ذلك : دوافع

الجوع،الجنس،والصراع من أجل البقاء ويمتاز بظهوره في سن مبكرة، ويعتبر اللعب وسيلة تربية للطفل في المرحلة الأولى، كما يمتاز بكونه دافعا قويا يثير سلوك الطفل. (عبد الرحمان محمد العيسوي 1990)

3-2-الدافع المكتسب: هو دافع مشتق من الدوافع الفطرية وذلك بحكم تأثير المجتمع ومايفرضه من قيود على

سلوك الفرد وتلعب التنشئة الاجتماعية دورا مهما بعث هذه الدوافع والتي تؤثر على طريقة الطفل على حساسيته للدوافع الاجتماعية ومنها الاتجاهات التي يسلكها الطفل في حياته (الحرشاوي، 1995)

3-3-الدافع الشعوري:هو الدافع الذي الإنسان بوجوده ويستطيع تحديده وتتجلى الدوافع الشعورية أكثر في

الأفعال والأعمال التي يقوم بها بما الفرد كالتوجه للملاعب او التوجه لممارسة نشاط معين (الحرشاوي، 1995)

ونظرا لصعوبة الإستدلال بوجود هذه الدوافع إستخدمت علامات على الأحداث الدافعة والتي اوردها (جون سون براوين) على النحو التالي :

تغيير السلوك في مواجهة نفس الظروف المثيرة،"تقبل الشخص للأشياء يوما ولكنه يرفضها في اليوم الموالي" إضافة الى ثبات السلوك أمام الظروف المتغيرة يقصد المحافظة على نفس السلوكيات في مواجهة الظروف المتغيرة وهذا يعني القدرة العالية على الإستجابة لمختلف التأثيرات دون تغيير السلوك،وكذلك الإستجابة بالغة الشدة والتي تستدعيها المثيرات الضعيفة والمقصود منها الإستجابة العالية لمثير ضعيف .

3-4الدافع اللاشعوري : هو دافع لايشعرالإنسان بوجوده ولا يستطيع تحديده ،ويتجلى الدافع اللاشعوري في

الأفعال والأعمال التي يقوم بها الفرد عن غير قصد اي بصورة عشوائية (مصطفى، 1994)

4-خصائص الدوافع :

-لا بد أن للدافع أسس فطرية واضحة أو عوامل بيولوجية ظاهرة

-للتقافة والتربية دور هام في أنماط ونماذج ظهور الدوافع حسب ترتيب في أنماط إشباع هذه الدوافع

-إهمال السيكولوجين الغربيين للحاجات الروحية وما يمكن أن تؤديه من دور في توازن الشخصية وفي إستعادة

التوازن بعد اختلاله

-لا يمكن فصل الدوافع بعضها عن بعض كفصل الدوافع الإجتماعية عن الدوافع الفزيولوجية أو عن الدوافع الأخرى المعينة كالتملك والسيطرة وغيرها إذ ينبغي في الذات الإنسانية نظرة تكامل تراعي تفاعل الأبعاد العضوية والنفسية الإجتماعية والروحية. (حسن، 1992)

5-وظائف الدوافع:

إن أي رد فعل عن أي سلوك لايمكن أن يحدث تلقائيا إنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفس الفرد ومنه فالسلوك له أعراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة يشبع بها هذا الفرد حاجات وغرائزه ومنه نستخلص عدة وظائف تقوم لتنشيط السلوك وهي ثلاثة:

5-1-السلوك بالطاقة:

معنى ذلك أن الدافع يستثيرالنشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي التوتراالذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادته توازنه،وتدل الملاحظة على أن الإنسان والحيوان خلال التجارب في الحياة اليومية كلاهما لطالما حاجاته مشبعة،أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل إشباع هذه الحاجيات والرغبات فالدوافع تمد السلوك بالطاقة،فمثلا يمنح للاعب جائزة ومكافئة له على تحسن قدراته وتكلفتها بالنجاح لكن سرعان ما تفقد هذه المكافئة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل ان تكون مكافئة،ففي هذه النقطة تصبح المكافئة غير ضرورية. (الخليجي، 1994)

5-2-أداء وظيفة الاختيار:

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي تستجيب ويتفاعل معها المراهق ويهمل الأنشطة الأخرى فالذي يهوى كرة القدم يكره كرة السلة مثلا كما انها تحدد لحد كبير الطريقة التي يستجيب بهل للمواقف الأخرى فقد اقر "جوردن بورت" أنه عندما يتكون اتجاه عام للمواقف والميول

خفية لإنشاء واختيار كل سلوك متصل به وتوجيه (عنان، 1995)، فإنه لا يخلق فقط حالة توتر التي يسهل استثارها فتؤدي إلى نشاط ظاهر يشبع مواقف الجيل ،بل يعمل كوسيلة.

3-5 توجيه السلوك نحو الهدف: إن بمجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسن والنمو عند الطفل بل يجب توجيه طاقته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها وتحقيقها، "حلمي الخليجي" يلخص وظائف الدوافع فيما يلي :

- إثارة الأليات والأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل .
- إختيار نوع النشاط وتحديدته.
- تأثير ظهور التعب وتحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الإنتباه ومقاومة التشتت وهناك إتجاهين للدافعية بصفة عامة:

الاتجاه الأول: هو أن الدافع، الحافز، الباعث له وظيفة توجيهية وهي التي تستشير إلى اختيار اللاعب للنشاط والاستمرار فيه وبناء الأهداف لتحقيق غايات كبرى.

الاتجاه الثاني: لماذا يتباين أداء اللاعب نفسه بالرغم من الثبات مستواه التدريبي والمهارات وتفكيره الخططي؟

يبدو ذلك في العوامل الانفعالية المؤثرة إيجابيا والتي تعمل على إظهار قوة الدافعية الكامنة لدى اللاعب مثل "الاستثارة، القلق، ووظيفة تنشيطية". (عنان م.، 1995)

6- تصنيف الدوافع: يوضح "ساج" عام 1977 أن أحد الطرق المفيدة لفهم موضوع الدافعية هو تصنيفها إلى فئتين هما الدوافع الداخلية والخارجية :

6-1 الدوافع الداخلية: يعني الدافع الداخلي بأنه مكافأة داخلية تحدث أثناء الأداء ويعيب عن هذا المعنى مارترز 1980 عندما يقر أن الدافع الداخلي يعتبر جزء مكمل لموقف التعلم، وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعلم مستمتعا بالحصول على المعرفة، وليس هدفه الحصول على المكافأة الخارجية (راتب، 1990)

كما يعرف الدكتور (باهي، 1999) أنه يمثل أهم الأسس الدافعة للنشاط الذاتي التلقائي للفرد ويقف خلف إنجازاته الأكاديمية المهنية العامة إذا فالدافع الداخلي ينبع من الداخل الفرد ويحدث أثناء الأداء فمثلا الفرد الذي يهوى ممارسة التمارين رياضية صباحية من أجل متعة شخصية ذاتية تقوم على الدافع للحفاظ على الصحة، وتنشيط الدورة الدموية يكون مدفوعا بدافع داخلي أكثر ثباتا وقوة لأنه يحقق لنفسه إشباعا ذاتيا .

ومن ثم تأثير الدوافع الداخلية للفرد على مستوى الأداء والإنجاز الفردي يفوق تأثير الدوافع الخارجية وقد عبر عن هذا المعنى الرياضي العالمي (ريكادو، 1977) عندما قال "أنا سعيد بأدائي الرياضي، المال لا يعني كل شيء في حياتي وأنا لا أسعى أن أكون أعلى لاعب ولكن السعادة والمتعة الجماعية والصحة التي أكسبها من ممارسة الرياضة تمثل لي أهمية الأهمية (راتب، 1990)، ويندج تحت الدوافع الداخلية دافع حب الاستطلاع ودافع الكفاءة أو منافسة وكذلك دافع الإنجاز إلى غير ذلك من الدوافع (راتب، 1990).

6-2- الدوافع الخارجية: يقصد بها حصول اللاعب على مكافأة خارجية مقابل الأداء أو الممارسة وأن السبب الرئيسي للاستمرار في المنافسة والإقبال على الأداء الرياضي هو المكافأة الخارجية أن يحصل عليها. فالدافع الخارجي على النحو السابق ينشأ من الخارج اللاعب وتحركه قيمة المكافأة الخارجية (راتب، 1990). والدوافع الخارجية هي دوافع مركبة تعبر عن نفسها في مختلف المواقف الإنسانية وهي خارجية لكونها تخضع لبواعث وحوافز تنشأ خارج الفرد أنها اجتماعية لأنها مكتسبة من المجتمع، ومن خلال هذين التعريفين نستنتج أن الدافع الداخلي ينظر إلى الأداء الرياضي على أنه وسيلة لتحقيق قيمة أو هدف خارجي أي أن الفرد يقوم بالأداء الرياضي بغية تحقيق هدف خارجي .

بينما المكافأة في الدافع الداخلي تحدث أثناء الأداء محققة نوعاً من الرضا والمتعة فإن المكافأة في الدوافع الخارجية لا تعطي الرضا مباشرة أثناء الأداء وإنما تكون المكافأة بعد الأداء ومن أهم هذه الدوافع الخارجية نجد :

6-2-1- دافع الانتماء ودافع القوة والسيطرة: وهذا الدافع مركب يوجه سلوك الفرد كي يكون مقبولاً كعضو في الجماعة التي ينتمي إليها وأن يكون محل اهتمام الآخرين وتقبلهم والحرص على إنشاء صداقات والمحافظة عليها، أما دافع القوة والسيطرة والتأثير الآخرين، والشعور بالقوة وإثبات الذات والشهرة وتولي المناصب القيادية ومقاومة تأثير الآخرين. (باهي، 1999)

خاتمة :

إن موضوع الدوافع من أهم المواضيع السيكولوجية نظريا وتطبيقيا فمن الناحية الرياضية موضوع الدافع قد أصبح مجالا لصياغة عدة نظريات تفسر الأسس المختلفة للدوافع والميكانيزمات التي تقوم عليها ومن الناحية التطبيقية فإن موضوع الدافع والاليات التي تقوم عليها تمكن الباحثون والإداريين من تخطيط برامج تحفز الأفراد الذين يتعاملون معهم سواء كان ذلك في الميدان الصناعي أو المدرسين... الخ

سواء كان ذلك لبذل جهد أو لأجل رفع الإنتاج أو تحسين النوعية مثلا وتجنيد الطاقة الجسمية والنفسية
لعلاج مريض ما سواء كان مريضا نفسيا أو جسمى، أو اللاعبين على الإجتهد اللاعبين في الحصص التدريبية
للحصول على نتائج أفضل .

الفصل الثاني

المدرّب ومهنة التدريب
الرياضي

تمهيد :

يعتبر التدريب الرياضي جزءاً من عملية أكثر اتساعاً و شمولاً و هي عملية الإعداد الرياضي ، و كلتا العمليتين تسعيان إلى تحقيق الرياضي لأعلى مستوى ممكن من الإنجازات الرياضية .

و بناء على ذلك فإن التدريب الرياضي يعتبر الجزء الأساسي من عملية الإعداد الرياضي بإعتباره العملية البدنية التربوية الخاصة و القائمة على إستخدام التمرينات البدنية ، بهدف تطوير مختلف الصفات اللازمة للرياضي ، لتحقيق أعلى مستوى ممكن في نوع معين من الأنشطة الرياضية .

و تنحصر واجبات المدرّب في إيجاد أفضل الطرق لتحقيق أعلى إنجاز ، و استخدام الخبرات الناجحة في إثراء ذلك . و يعتمد الإنجاز الرياضي على إستكمال الإعداد البدني دائماً كخطوة أولى و له في ذلك جانب رئيسي في مجال الثقافة الرياضية ، و هو عامل على الطريق الأمثل لبناء الجسماني و الحركي للفرد ، و يعتمد عليه في اضطراد التقدم و بعد الإنجاز العالي عامل هام في المستوى الثقافي الذي يظهر في الإبداع في الأداء و التطور الكامل للشخصية

1 - التدريب الرياضي :**1 - 1 - نبذة تاريخية عن التدريب البدني ... و الرياضي :**

في العصور القديمة لم يكن الإنسان في حاجة ضرورية لمزاولة التدريب البدني بشكله الحالي حيث إنه كان يؤدي المهارات الحركية الأساسية تلقائياً و عفويًا..دون قصد أو إعداد متمثلة في الجري وراء فريسة ليقبضها، أو سباحة مجرى مائي لإجتيازه،أو تسلق أشجار لقطف ثمارها...و ذلك بهدف كسب قوته.

و بتطور الإنسان القديم أخذ من الألعاب الشعبية البدائية و التي كان يتعلمها عن طريق ما ورثه من الآباء و الأجداد تدريباً على المهارات الحركية(اللقف،الزحف،المسك،الإرسال) .

مر الإنسان القديم بعد ذلك في ظروف إجتماعية مختلفة و ظهرت القبيلة و العشيرة ، و أصبح كل فرد مسئولاً عن الدفاع عن قبيلة أو عشيرة ، و بذلك أصبحت القوة العضلية من أساسيات بناء الفرد ليس بهدف بنائه جسمانياً ، و لكن بغرض الدفاع عن القبيلة أو السيطرة عليها ، ومن هنا أصبح لزاماً التدريب البدني أمراً ملحاً و ضروري لكل فرد.

1 - 2 مفهوم التدريب الرياضي :

يعرف التدريب الرياضي العلمي الحديث بأنه : العمليات التعليمية و التنموية التربوية التي تهدف إلى تنشئة و إعداد اللاعبين / اللاعبات و الفرق الرياضية من خلال التخطيط و القيادة التطبيقية الميدانية بهدف تحقيق أعلى مستوى و نتائج ممكنة في الرياضة التخصصية و الحفاظ عليها لأطول فترة ممكنة .

1 - 3 خصائص التدريب الرياضي الحديث :

تتحدد خصائص التدريب الرياضي الحديث بمايلي :

- أ - يعتمد علم التدريب الرياضي الحديث اعتماداً كلياً على الأسس التربوية .
- ب - يخضع كافة عملياته للأسس و المبادئ العلمية .
- ج - تأثير شخصية و فلسفة و قيم المدرّب / المدربة .
- د - تواصل عمليات التدريب الرياضي و عدم انقطاعها .
- هـ - تكامل عملياته .
- و - اتساع دائرة الإمكانيات المستخدمة في تنفيذ عملياته .
- ح - تكامل التخطيط و التطبيق و القيادة في عملياته .
- ط - اتساع دائرة الفردية .
- ي - عدم إهمال دور الخبرة فيه .
- ك - اتباع اللاعب / اللاعبات لنمط الحياة الرياضية .
- ل - نبذ المنشطات .

1- 4 خصوصية التدريب :

تعد خصوصية التدريب أحد القوانين الأساسية التي تحكم عملية التدريب في تحقيق الهدف منه و هو المستوى العالي من الإنجاز في النشاط المختار. و يتطلب تحقيق المستويات العالية حتمية التخصص في نوع الرياضات و هو ما أطلق عليه ماتيفيف MATVEV 1974 و ديك DICK 1992 مبدأ تعميق التخصص ، فالعمومية في التدريب قد تكون مناسبة للممارس العادي ، بينما يتطلب الإنجاز العالي توجيه اللاعب لنوع من النشاط لتحقيق البطولات و تركيز كل قوى التدريب في هذا النوع بما يتناسب و امكانيات اللاعب فالشخص لا يمكن أن يكون بطلا في جميع الرياضات ، حيث يتميز كل نشاط رياضي بنوع خاص من القدرات البدنية و المهارية و الخطئية و التي يحكمها قانونها الخاص بها ، و هي بذلك تتطلب نوعية خاصة من التدريبات و أساليب متنوعة من التدريب بما يتناسب و طبيعة المنافسة .

1- 5 الأهداف العامة للتدريب الرياضي :

تنحصر أهداف التدريب الرياضي :

- الإرتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان من خلال التغيرات الإيجابية للمتغيرات الفسيولوجية و النفسية و الإجتماعية .
- محاولة الإحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية لتحقيق أعلى فترة ثبات لمستويات الإنجاز المجالات الثلاثة (الوظيفية ، النفسية ، الإجتماعية) .

1- 6 متطلبات التدريب الرياضي :

إذا تكلمنا عن متطلبات التدريب الرياضي بصفة عامة، كما هو مبين في التخطيطين التاليين نخص بذلك لاعبين ممارسين للأنشطة و المهارات الرياضية المختلفة بهدف تحسين قدراتهم البدنية المختلفة من قوة عضلية و سرعة و تحمل و رشاقة و مرونة، مع إمكانية رفع كفاءة أجهزتهم الوظيفية الداخلية بالجسم...

2- المدرب والتدريب الرياضي**2- 1 ماذا تعني كلمة التدريب :**

كلمة "التدريب" لا تخص فقط التدريب الرياضي فحسب بل تشمل التدريب على الأجهزة والأدوات المختلفة ، وقد جاءت هذه الكلمة من اللغة الإنجليزية أصلا (Training)، تعني هذه الكلمة على أداء شيء ما وتستخدم أيضا في تدريب الحيوانات على ممارسة شيء معين ، وقد جاءت هذه الكلمة من الفعل (Train) ومن الكلمة اللاتينية (Trano) ومن الكلمة أن يسحب الشيء لمسافة معينة أو أن الفرد مغرم بمشاهدة شيء ما ، ويرى البعض أن هذه الكلمة تعني (تربوي) وفي الزمن القديم كانوا يستخدمون هذه الكلمة للتدريب الخيل حيث كان الإنجليز يحبون الخيل وسرعان ما انتشرت هذه الكلمة وقد كانت تستخدم أيضا لجميع الألعاب التي كانت موجودة هناك مثل ألعاب القوى، سباحة.....الخ.

واليوم تستخدم هذه الكلمة في دول كثيرة من العالم ، رغم هذا كله ليس خطأ أن نقول التدريب الرياضي - المدرّب الرياضي ليس مهمته فقط إعطاء التمارين فحسب بل هو رجل تربوي أيضا، لذا نرى أن استخدام هذه الكلمة في وقتنا الحالي واسع من جهة وضيق من جهة أخرى ، عندما نقول تدريب رياضي لا بد من معرفة أن التدريب يأخذ كل شكل من أشكال التمارين الخاصة في اللياقة البدنية ويدخل هنا تمارين للصحة وتمارين علاجية ، وهذا هو المفهوم الواسع للتدريب أما من الجانب الآخر (الضيق) فيكون إعطاء أهمية خاصة لإعداد الرياضيين ، للوصول إلى المستوى الرياضي متقدم (الريضي، 2004)

2-2 تعريف التدريب :

التدريب هو العملية الشاملة للتحسين الهادف للأداء الرياضي والذي يتحقق من خلال برنامج مخطط للإعداد والمنافسات ، وهو عملية ممارسة منظمة تتميز بالديناميكية والتغير المستمر، ولا بد أن يديرها مدرّب متخصص يتمثل دوره القيادي في خلق إطار عمل ملائم يستطيع من خلاله اللاعب والفريق تنمية وتطوير قدراته الكامنة.

وقد أشار كل من أبراهام وكولنز ABRAHAM & COLLINS 1998 إلى أن هناك العديد من المتشابهات بين التعليم والتدريب، ويذهبان إلى أن المعلم هو شخص يقوم بقيادة وتأليف إخراج أنشطة التعلم وإحداث مناخ اجتماعي أثناء تشخيص وإعادة تشكيل أداء اللاعب ، وهذه كلها أفعال تعكس دور المدرّب أيضا. وقد استحوذ التدريب الرياضي في هذه السنوات بصورة مضطردة على مكانه كعلم أكاديمي ، وأصبح لا يقتصر تناوله في برامج المرحلة الجامعية فحسب، بل نالت دراسات وأبحاث التدريب الرياضي اهتمام متزايدا في برنامج الدراسات العليا في العديد من الأوساط العلمية على مستوى العالم .(الرحمان، 2003)

كما يتعامل التدريب الرياضي مع كائن بشري له خصائصه البيولوجية والنفسية والبدنية والاجتماعية ، ولهذا فهو يتأسس على المبادئ ونظريات العلمية المختلفة عند تنمية البناء البدني وتطوير الخصائص الحركية ، فهو يرتبط بالعلوم الاجتماعية (علم النفس، علم الاجتماع، إدارة ، اقتصاد، سياسة) والعلوم الطبية (تشريح - بيولوجي - فيزيولوجي - إصابات.....) وعلوم الحركة (بيوميكانيك)، وعلوم تربوية (تربية - طرق وأساليب علمية تكنولوجيا في التعليم والتدريب).

2-3 أهداف التدريب :

- الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان من خلال التغيرات الإيجابية للمتغيرات الفيزيولوجية ، النفسية و الاجتماعية.

- محاولة الاحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية لتحقيق أعلى فترة بمستويات إنجاز في المجالات الثلاث (الوظيفية ، النفسية الاجتماعية).

و يمكن تحقيق أهداف عملية التدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية ، هما الجانب التعليمي (التدريس و التدريب) ، الجانب التربوي و يطلق عليهما واجبات

التدريب الرياضي، فالأول يهدف إلى اكتساب و تطوير القدرات البدنية و المهارية و الخططية و المعرفية، أو الخيارات الضرورية للاعب في النشاط الرياضي الممارس و الثاني يتعلق في المقام الأول بإيديولوجية المجتمع و يهتم بتكميل الصفات الضرورية للأفعال الرياضية معنويا و إراديا ، و يهتم بتحسين التذوق و التقدير و تطوير الدوافع و حاجات و ميول الممارس و اكتسابه السمات الخلقية و الإرادية الحميدة كالروح الرياضية و حب الوطن و المثابرة و ضبط النفس و الشجاعة.... إلخ وذلك من خلال المنافسات. (البساطي، 1998)

2-4 شخصية المدرّب وخصائصه.

تلعب شخصية المدرّب الجيد دورا هاما في نجاح عملية التدريب ولا بد لكل من يريد أن يعمل في مجال التدريب كمهنة أو وظيفة أن يتصف بخصائص ومميزات تتضمن ما يلي :

2-4-1 الصفات الشخصية للمدرّب :

- أن يكون شخصية تربوية متطورة التفكير وطي مخلص لوطنه يعلم دور الرياضة في المجتمع.
- أن يتسم بالشخصية المترنة، متعقلا في تصرفاته ليحوز على احترام الجميع.
- أن يتميز بالضبط والاتزان الانفعالي، قادرا على ضبط النفس أمام لاعبيه، يتقبل المناقشة بصدر رحب بعيدا عن الانفعالي والتعصب .
- أن يتمتع بالذكاء الاجتماعي، وهذا يعني قدرته على التعامل الجيد مع الغير خاصة الذين لديهم علاقة بعملية التدريب من إدارة النادي وأعضاء الأجهزة الفنية والإدارية المعاونة له ومع الحكام والجمهور.... إلخ.
- الحكم الصائب على الأمور و العدالة في تصرفاته وحكمه على المشاكل والأفراد .
- أن يكون مظهره العام يوحي بالاحترام والثقة وقوة التأثير الإيجابي على الغير.
- يتميز بروح التفاؤل واثقا من نفسه وتصرفاته.
- لديه القدرة على بث روح الحماس وخلق الدافعية لدى لاعبيه.
- له فلسفة متميزة في الحياة بصورة عامة ، وفي عملية التدريب بصورة خاصة .
- أن يكون مقتنعا بعمله كمدرّب محب له ، ولكل من يعمل معه مقدرًا لدوره، ولديه الاهتمام الصادق بأهمية التدريب كعامل .
- أن يكون متمتعا بلياقة بدنية وصحية ونفسية متميزة .
- لديه القدرة على التعبير وتوصيل المعلومات بسهولة إلى اللاعبين وجميع من يتعاملون معه.
- شجاعا لديه القدرة على تحمل المسؤولية .

2-4-2 الصفات المهنية للمدرّب الرياضي.

- الخبرة السابقة كلاعب، بمعنى أن يكون قد مارس اللعبة لعدة سنوات، و شارك في البطولات التي ينظمها إتحاد اللعبة.

- أن يكون حاصلًا على شهادة تعليمية متوسطة على الأقل حتى يمكن تتبع الدراسات التدريبية المتخصصة في مجال لعبته ، و قادرا على أن يؤهل نفسه علميا بقراءة كتب متخصصة .
- المعرفة الجيدة بنوع النشاط الممارس (اللعبة) كعلم، و المعرفة الجيدة للعلوم التي تتعلق بعملية التدريب .
- يفضل أن يكون ملما بأحد اللغات الأجنبية التي تسمح له بالاطلاع على أحدث المراجع و التحدث بها.
- (على فهمي البيك - عماد الدين أبو زيد، 2000)
- يجب عليه أن يتمتع بقدر عال من التأهل المهني في مجال التدريب، فكلما زاد تأهل المدرّب مهنيًا كلما زاد إنتاجه من حيث الرقي بمستوى لاعبيه.
- يداوم على الاشتراك في دورات و دراسات تدريبية - محلية أو دولية - مرتبطة بمجال تخصصه .

2- 4- 3 الصفات الصحية للمدرّب الرياضي:

- أن يكون متمتعًا بالصحة الجسمية و يدل مظهره على النشاط.
- أن يقوم بعمل الفحوص الطبية الدورية بصفة منتظمة في بداية الموسم.
- أن يتمتع بقدر عال من مستوى اللياقة البدنية بصورة تمكنه من أداء الحركات و النماذج أثناء التدريب و كذلك المباريات التجريبية، و يكون على مستوى من المهارة الحركية يسمح له بأداء النماذج المطلوبة .
- أن يكون نموذجًا في إتباع البرامج الغذائية و الصحية كي يستطيع القيام بمهام عمله، و يحتذي به جميع اللاعبين و يرون فيه مثلهم الصحي الفريد .
- أن يكون ممارسًا لأي نشاط رياضي مخالف لنوع الرياضة التي يقوم بتدريتها ، للراحة الذهنية من عناء التدريب. (علي فهمي البيك - عماد الدين أبو زيد، .)

2- 4- 4 الصفات الفنية للمدرّب الرياضي:

- لديه القدرة على تقديم الدعم النفسي للاعب في مواجهة الظروف الصعبة و المعقدة سواء في التدريب أو المنافسات.
- لديه القدرة على تحليل أخطاء اللاعب بصورة منطقية و موضوعية للاستفادة من أدائه و قدراته الكامنة.
- لديه القدرة على اتخاذ القرار تحت ضغط المنافسة بهدوء و تركيز و روية .
- القدرة على تحويل الفشل إلى موقف نجاح.
- لديه القدرة على الوصول للاعب لقمة أدائه في توقيت المنافسة.
- تحديد الهدف المراد تحقيقه مع الفريق، فمثلا هل الهدف هو الحصول على البطولة؟ هل الحصول على ترتيب متقدم بالدوري؟... إلخ ، و من الضروري ألا يغالي المدرّب في تحديد هذا الهدف ، بل يجب عليه وضع هدف واقعي يمكن تحقيقه وفقا للإمكانات المتاحة و قدرات لاعبي الفريق.
- تحديد متطلبات خطة التدريب من أدوات و أجهزة و معسكرات... إلخ.
- تحديد الاحتياجات من قوى بشرية معاونة مع تحديد مسؤوليات و واجبات كل فرد فيها .

- وضع برنامج زمني يوضح فيه خطوات و إجراءات تنفيذ خطة التدريب السنوية.
- وضع معايير تقييمية للتعرف على طرق القياس على مستوى تحقيق التدريب للأهداف المرّحية (الأغراض) لكل مرحلة زمنية من فترات التدريب السنوية ، و تعديل مسار العمل التدريبي لتحقيق الأهداف إذا كان هناك قصور في تحقيق هذه الأهداف .
- أن يكون لديه القدرة على اختيار أنسب الطرق لتحقيق الأهداف.
- أن يكون ملما بالطرق العلمية و الوسائل الفنية و الأدوات الحديثة.
- أن يكون شخصا لديه القدرة على الإبداع في إخراج وحداته التدريبية.
- الذكاء في وضع خطط التدريب و اللعب الجيد .
- أن يتميز بمستوى عال من حيث الخلق، ومستوى عالي من الفهم و الذكاء و القدرة على الابتكار.
- أن يكون متمتعا بمستوى عال من القدرات العقلية بما ينطوي عليه من إمكانية الربط و التحليل و حل المشكلات، و تكون قدراته العقلية محل تقدير اللاعبين وجميع أفراد الأجهزة المعاونة له، مما يترتب عليه أن تكون تعليماته ذات قناعة لديهم ، و بذلك يكون تأثيره قويا على اللاعبين.
- أن يكون قائدا محبوبا لا رئيسا متسلطا، عادلا في معاملة لاعبيه حازما بدون تكلف بدرجة واجبة كقائد و معلم تربوي.
- أن يكون لمحا قادرا على سرعة الفهم و الإدراك لكل المواقف التي تمر به.
- أن يكون قادرا على تقييم خبراته التدريبية باستمرار، يقوم بتقويم أدائه بعد كل موسم تدريبي حتى يمكنه زيادة صفاته الجيدة و إصلاح ما يجده من بعض النقص أو القصور أو السلبيات حتى يرتفع بمستوى أدائه، فعلمية التقويم التي يقوم بها المدرّب لنفسه الوائق من نفسه و عمله و الذي يريد أن يرتفع مستواه و يصل في يوم من الأيام إلى الأداء المثالي و الذي يجعله محط أنظار جميع من يعمل في مجال تدريب لعبته.
- أن يكون شخصية منظمة في جميع تصرفاته سواء في حياته العامة أو الخاصة و مجال عمله.
- أن يكون نموذجا صالحا و مثالا للاعبين من الناحية الخلقية، بعيدا عن التصرفات غير السليمة للرجل الرياضي كشرّب الكحوليات أو التدخين ، أو التلفظ بألفاظ نابية.
- أن تكون لديه القدرة على بث روح الجماعة بين اللاعبين وتقوية المحبة والأخوة الصادقة بينهم ، و يتعد عن كل ما يفرق بين اللاعبين لذلك يجب أن يكون عادلا في تعامله معهم ، و من أسوأ صفات المدرّب الرياضي أن يحابي لاعب أو أكثر عن آخرين، و ألا ينصف له حق. (علي فهمي البيك - عماد الدين أبو زيد: ،)

2-5 الأنماط الشائعة للمدرّب الرياضي:

في المجال الرياضي يلاحظ أن هناك العديد من الأنماط الشائعة للمدربين الرياضيين سواء في مجال العلاقة ما بين المدرّب (المدير الفني) و اللاعب الرياضي أو في مجال تخطيط و تنفيذ عملية التدريب الرياضي أو في مجال التوجيه و الإرشاد و إدارة المنافسة الرياضية.

و فيما يلي بعض الخصائص المميزة لهذه الأنماط الشائعة من المدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين.

2- 5- 1 في مجال العلاقة مع اللاعبين :

يمكن التمييز بين الأنماط الثلاثة التالية من المدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين في مجال العلاقة مع اللاعبين. (علاوي 2002 ,

2- 5- 1- 1 المدرّب المسيطر:

من أهم ملامحه ما يلي:

- يستخدم سلطاته لأبعد مدى.
- يتميز سلوكه بالعنف والصلابة و يكثر من الوعيد و التهديد للاعبين.
- يركز معظم اهتماماته على فرض النظام و الطاعة.
- يقوم بتوزيع اللوم على اللاعبين في حالات عدم التوفيق أو عدم إحراز الفوز أو سوء الأداء .
- لا يسمح للاعبين بالمشاركة في اتخاذ القرارات.
- لديه حساسية عالية تجاه الملاحظات الناقدة من اللاعبين .
- لا يوضح للاعبين سوى المهام القريبة و العاجلة .
- لا يقوم اللاعب بتنفيذ أي إجراء أو سلوك فيه التدريب أو المنافسة الرياضية إلا بأوامر صريحة و مباشرة من المدرّب الرياضي و هو ما يعرف بموقف "عنق الزجاجة bottleneck" و يقصد به أن القرار يجب أن يمر فقط من خلال المدرّب الرياضي.

- لا يسمح بتفويض سلطاته للآخرين.

2- 5- 1- 2 المدرّب الديمقراطي:

و من أهم ملامحه ما يلي :

- يقوم بإشراك اللاعبين في اتخاذ العديد من القرارات.
- يقوم بالاستماع الجيد لآراء اللاعبين و يحترم وجهات نظرهم.
- يفضي على الفريق الرياضي المناخ الايجابي الذي يتسم بروح الفريق الواحد المتماسك .
- السعي المستمر لتبادل المعلومات و الأفكار مع اللاعبين.
- يمنح المزيد من الحرية للاعبين .
- يقوم بالتمهيد لاتخاذ بعض القرارات من خلال المناقشات التفصيلية مع اللاعبين و لا يتم اتخاذ القرار ضد غالبية الآراء " (محمد حسن علاوي)

2-5-1-3 المدرب الموجه:

من أهم ملامحه ما يلي :

- الميل إلى تقديم النصح و الإرشاد و التوجيه للاعبين بدرجة كبيرة .
- ينحو نحو مساعدة اللاعبين و رعايتهم و تشجيعهم.
- يكثر من عمليات الثواب و المكافآت عند تحقيق الانجازات.
- يتفهم جيدا الحاجات الأساسية للاعبين و يسعى جاهدا لتلبية حاجاتهم بقدر الإمكان.
- يسعى لمساعدة اللاعبين على إثبات ذاتهم و محاولتهم تحقيق المزيد من النجاحات.
- يتسم سلوكه نحو اللاعبين بالتناغم الوجداني و المشاركة الوجدانية الايجابية.
- لديه القدرة على الاتصال الايجابي الفاعل مع اللاعبين.
- ينظر لنفسه على أنه الأخ الأكبر أو الأب للاعبين. (مفتي إبراهيم حمادة ، 1992)

1-5-1 في مجال تخطيط و تنفيذ التدريب:

يمكن التمييز بين الأنماط الثلاثة التالية من المدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين في مجال تخطيط وتنفيذ

التدريب الرياضي.

1-1-5-1 علمي- نظري :

ومن أهم ملامحه مايلي :

- يقوم بتخطيط وتنفيذ التدريب طبقا للأسس العلمية وكما هو مدون في المراجع العلمية .
- الإلمام غالبا بلغة أجنبية والاطلاع المستمر على احدث المعارف والمعلومات العلمية في مجال تخصصه وفي مجال بعض العلوم الرياضية المرتبطة بالتدريب الرياضي سواء في المراجع العربية أو المراجع الأجنبية .
- القيام بإجراء التجارب على اللاعبين ومحاولة تطبيق المبادئ النظرية على المواقف العلمية.
- تطبيق بعض المقاييس والاختبارات على اللاعبين لمحاولة معرفة مواطن قوتهم وضعفهم وللتعرف على مدى تقدمهم .
- الإكثار من المحاضرات النظرية والشرح والتفسير ومحاولة إكساب اللاعبين بعض المعارف والمعلومات المرتبطة بالتدريب الرياضي والمنافسات الرياضية .
- القيام بعمل سجلات وملفات لتخطيط التدريب والمنافسات الرياضية وكذلك سجلات وملفات لتسجيل الحالات البدنية والمهارية و الخططية و الاجتماعية للاعبين.

1-5-1-2 خبراتي- عملي :

- لا يهتم بالدرجة الأولى بالجوانب النظرية في التدريب ويحاول تطبيق خبراته العملية السابقة ، وخاصة تلك الخبرات العملية التي اكتسبها من المدربين السابقين الذين قاموا بتدريبه عندما كان لاعبا أو الذين قام بالعمل معهم كمدرب مساعد .
- يسعى بقدر الإمكان للتبسيط وعدم التعقيد ويتمسك بالجوانب التقليدية والروتينية في عملية التدريب الرياضي .
- لا يهتم كثيرا بالمعارف العلمية المعروفة في المراجع العلمية الرياضية ويعتبرها جوانب نظرية وقليلة الفائدة من الناحية العملية التطبيقية.
- يعتمد بالدرجة الأولى على التراكمات الخبراتية التي اكتسبها خلال عمله في التدريب. (محمد حسن علاوي : ، (
- لا يهتم بالدرجة الأولى بعمل سجلات أو ملفات للاعبينا أو تدوين عمليات تخطيط وتنفيذ مراحل التدريب الرياضي سواء التخطيط للوحدات التدريبية اليومية أو الأسبوعية .
- أو المرحلية ويؤمن بمبدأ "العلم في الرأس وليس في الكراس" أي انه يحتفظ في عقله بالتخطيط ولا يحتفظ بت مدونا في سجلات أو ملفات .

1 - 5 - 1 - 3 علمي - خبراتي :

وهو المدرّب المؤهل تأهيلا عاليا في تخصص التدريب الرياضي بالإضافة إلى كونه لاعبا على مستوى عالي في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص في نوع التدريب في مجاله والذي يستطيع أن يجمع بين مزايا النمط "علمي-نظري" وبين النمط "خبراتي-عملي" والذي يستطيع استثمار قدراته العلمية التطبيقية معا للوصول إلى النمط الأفضل وهو "علمي -خبراتي".

1 - 5 - 3 في مجال التوجيه والإرشاد في المنافسة :

يمكن التمييز بين الأنماط الثلاثة الآتية من المدربين الرياضيين أو المديرين الفنيين في مجال التوحيد والإرشاد وإدارة المنافسة الرياضية :

1 - 5 - 3 - 1 خططي :

من أهم جوانب سلوكه مايلي :

- يجيد رسم خطط اللعب المختلفة في المنافسات الرياضيات.
- يحاول إعداد اللاعبين خططا لكل منافسة رياضية بصورة جيدة.
- يسعى لمعرفة كل كبيرة وصغيرة عن الفرق المنافسة وإعداد الخطط لمواجهةها.
- يكثر من تدريب اللاعبين على الخطط الفردية والزوجية أو الجماعية ويعتمد عليها بصورة واضحة.
- يجتهد في وضع بعض الخطط الجديدة التي تتناسب مع قدرات اللاعبين.
- يسعى جاهدا لوضع بعض الخطط المضادة لخطط المنافسين.

1- 5- 3- 2 نفساني :

ومن أهم ملامحه ما يلي :

- لديه القدرة على معرفة لاعبيه جيدا، والقدرة على فهم سلوكهم واستجاباتهم والتنبؤ بها.
- يتميز بقدر كبير من الثقة بالنفس .
- لديه القدرة على التعبئة النفسية الأفضل للاعبين قبيل اشتراكهم في المنافسات الرياضية .
- يستطيع معاملة كل لاعب بالصورة التي تتفق مع إمكانياته وقدراته وسماته .
- يستطيع النجاح في استثارة اللاعبين ودفعتهم لبذل أقصى الجهد في المنافسة الرياضية.
- لديه عين المدرب الفاحصة " Coaching eye " التي يمكنها معرفة الحالة الانفعالية للاعب قبل اشتراكه في المنافسة وبالتالي محاولة توجيهه وإرشاده. (محمد حسن علاوي : ،)

1- 5- 3- 3 انفعالي :

ومن بين أهم جوانب سلوكه ما يلي :

- يغلب عليه عدم القدرة على التحكم في انفعالاته بصورة جيدة.
- يتطلع إلى الفوز ويخشى الهزيمة بدرجة كبيرة.
- يتأثر انفعاليا بصورة واضحة سواء في حالة الفوز أو في حالة الهزيمة لفريقه .
- يكثر من الاعتراض على قرارات التحكيم، وخاصة بالنسبة للقرارات التي لا تكون في صالح لاعبيه أو في صالح فريقه.
- يتميز بسمة القلق المرتفع وخاصة في المنافسات الحساسة (علاوي، سيكولوجية المدرب الرياضي)

6- واجبات المدرب الرياضي :

6- 1 تخطيط التدريب:

التدريب الرياضي عملية تهدف إلى الوصول باللاعب إلى أعلى مستوى ممكن تسمح به قدراته و استعداداته ، وكلما تميز المدرب الرياضي بالتأهيل التخصصي العالي و ازداد إتقانه للمعارف النظرية و طرق تطبيقها، كان أقدر على التخطيط لعملية التدريب بصورة علمية تسهم إلى درجة كبيرة في تطوير و تنمية المستوى الرياضي للاعبين إلى أقصى درجة ، و تتطلب عملية التخطيط الإمام التام بالأسس النظرية و العلمية لعلم التدريب الرياضي ، بالإضافة إلى العديد من المعارف و المعلومات العلمية في عدد من العلوم الإنسانية و الطبيعية .

1- 6- 2 أداء عملية التدريب :

يرتكز التدريب على عملية انتقال المعلومات من المدرّب إلى اللاعب حتى يتمكن من اكسابه الأسس الفنية و البدنية التي تسهم في الارتقاء بمستواه إلى أقصى درجة ممكنة .
ففي بعض مواقف الأداء الصعب يصبح المدرّب بمثابة مساعد للاعب ، و كلما استطاع المدرّب تقديم التوجيهات إلى اللاعب بصورة صحيحة كلما أصبح اللاعب أقدر على استقبالها و الاستفادة منها و يسعى المدرّب لتكوين اتجاهات ايجابية لدى اللاعب نحو عملية التدريب و ذلك في محاولة للارتقاء بمستوى تركيزه و انتباهه و الارتقاء لمستوى قدراته الفعلية و التأثير بمستوى الدافعية هذا بالإضافة إلى رفع مستوى التفاعل الاجتماعي بين اللاعبين

1- 6- 3 تقييم النجاح في عملية التدريب:

إن رياضة المستويات العالية بما تتميز به من طابع مركب و معقد لا تقتصر على تقييم عملية التدريب طبقاً للنجاح و الفشل في المنافسات الرياضية فقط بل ينبغي استخدام أنواع متعددة من وسائل التقييم مثل اختبارات القدرات البدنية و المهارية و الخططية و الاختبارات النفسية و مقاييس العلاقات الاجتماعية حتى يمكن تحديد نوع و مدى الانحراف عن الأهداف الموضوعه للتدريب .
و بذلك يمكننا تصويب و تصحيح مسار عملية التدريب بصورة مستمرة ، هذا بالإضافة إلى ضرورة استعانة المدرّب الرياضي بالمعلومات و التقارير التي يقدمها الطبيب المختص بعلم النفس أو الإداري عن حالات اللاعبين و ضرورة مقارنتها بفكرة المدرّب عن كل لاعب في أثناء التدريب أو في المنافسات.

1- 6- 4 رعاية اللاعب:

إن التدريب و المنافسة من المواقف التي تحتاج إلى المزيد من التعب العصبي فقد يستجيب اللاعب لهذه المواقف إما بصورة ايجابية تسهم في تعبئة طاقاته و قدراته أو بصورة سلبية تسهم في خفض مستوى قدراته و طاقاته و ينبغي على المدرّب أن يتعرف إلى المؤثرات المتعددة التي تؤثر على اللاعبين في مختلف مواقف التدريب أو المنافسة حتى يضمن بذلك نجاح عملية الرعاية للاعب .

1- 6- 5 توجيه اللاعب و إرشاده:

يقصد بالتوجيه كل الأساليب المصاحبة لعملية التدريب و التي يجب أن تساعد اللاعب على فهم نفسه و فهم مشكلاته و استغلال إمكاناته الذاتية من قدرات و مهارات و استعدادات و اتجاهات و استغلال إمكانات بيئته ليحاول تحقيق الأهداف التي تتفق مع هذه الإمكانيات و أن يختار الطرق و الوسائل و الأساليب الصحيحة التي تحقق له الوصول حتى يتمكن من التغلب على مشكلاته و يستطيع التكيف مع نفسه و مع المجتمع الذي يعيش فيه كي يحقق أقصى ما يستطيع من نمو متكامل في شخصيته .

و يمكن للمدرّب تحقيق هذه الأهداف عن طريق خدمات التوجيه و عن طريق الإرشاد الفردي الذي يقصد به العلاقة المتبادلة التي تقوم بين المدرّب و اللاعب لمحاولة مساعدة اللاعب وتوجيهه. (علي فهمي البيك - عماد الدين عباس أبو زيد)

1-7 المدرّب الرياضي كقائد :

يعتمد وصول اللاعب/الفريق الرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية بعدة عوامل ، و من بين أهم هذه العوامل المدرّب ، إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالية ارتباطاً وثيقاً بمدى قدرات المدرّب على إدارة عملية التدريب الرياضي - من تخطيط و تنظيم و تقييم - و على قدراته في إعداد اللاعب للمنافسات الرياضية و إدارته لهذه المنافسات، و كذلك قدرته على رعاية و توجيه و إرشاد اللاعبين/الفريق قبل و بعد و أثناء و بعد المنافسات .

و في ضوء ذلك يمكن النظر إلى المدرّب الرياضي من حيث أنه قائد " leader " يقوم بعملية الإدارة الفنية للاعبين أو الفريق ككل في رياضته التخصصية ، كما يقوم بإدارة عملية التوجيه و الإرشاد و الرعاية للاعبين و الفريق ، فالقيادة عبارة عن علاقة متبادلة بين فرد (القائد) و مجموعة من الأفراد (التابعين followers) و يقوم فيها القائد بالتوجيه و التأثير على سلوك هذه المجموعة من الأفراد بمختلف الطرق و الوسائل بغية تحقيق هدف أو أهداف محددة ، أو هي الدور الذي يتضمن التأثير والتفاعل ، و يقود نحو إنجاز الهدف ، و ينتج عنه التغيير البنائي خلال المجموعات .

فالقيادة ببساطة تعني كيفية التخطيط للهدف ، وذلك لإعطاء الآخرين الاتجاه من خلال معرفتهم ما مطلوب عمله ، كذلك تعني القيادة تطوير كل من البيئة الاجتماعية و النفسية، أي ما يسمى مناخ الفريق و تماسك الفريق ، و هذا يعني و يؤكد لنا أن دور المدرّب لا يقتصر فقط على تطوير القدرات البدنية و المهارات فحسب.

1-8 المدرّب و اتخاذ القرار:

إن جميع الإجراءات أو العمليات التي يقوم بها المدرّب الرياضي و تهدف إلى وصول اللاعب و الفريق إلى المستويات الرياضية العالية تحتاج إلى اتخاذ قرارات ، فالمدرّب الرياضي - على سبيل المثال - الأهداف المطلوب تحقيقها خلال توليه مهمة تدريب اللاعبين و الفريق ، و يحدد البرامج و الإجراءات و العمليات التي يمكن بها تحقيق هذه الأهداف ، كما أن المدرّب هو الذي يقرر كيفية إختيار اللاعبين للاشتراك في المنافسات و مراكزهم و واجباتهم ، و يقرر خطط اللعب و تغييرها إذا استدعى الأمر و غير ذلك من الجوانب التي تحتاج من المدرّب اتخاذ القرارات

فكأن عمل المدرّب ما هو إلا سلسلة متصلة من القرارات ، و كل قرار من هذه القرارات قد يؤثر بصورة واضحة على اللاعبين أو الفريق إيجاباً أو سلباً. (علي فهمي البيك - عماد الدين عباس أبو زيد)

إن القدرة على اتخاذ القرارات تعتبر مقياساً لمدى قدرة المدرّب في تسيير عملية التدريب وفقاً لخطة التدريب الموضوعية ، و هي تعتبر أساس نجاح عمله و مهاراته في تنفيذ متطلبات خطة التدريب و حسن تصرفه في حل مشاكله التي تقابله ، فالقرارات الجيدة التي يتخذها المدرّب ينعكس أثرها على العاملين مع المدرّب و يرفع معنويات لاعبي الفريق .

و أحياناً في بعض المشاكل يكون المدرّب المدرب على أسلوب العمل الصحيح هو الذي يشارك معه الجهاز المعاون سواء الفني أو الإداري أو الطبي أو الكل في اتخاذ القرارات وفقاً للحاجة كما في ذلك من مزايا كثيرة لعل أهمها هو شعور الآخرين بأهميتهم و إحساسهم بالمسؤولية ، و يدفعهم للعمل الإيجابي في تنفيذ القرارات ، بعكس ما إذا كان العمل عبارة عن أوامر من المدرّب و تنفيذ من مساعديه فقط ، و هذا يساعد في نجاح عملية التدريب ، و يقصد باتخاذ القرار " Decision Making " اختيار بين بدائل لإيجاد حل لمشكلة أو لمواجهة موقف أو محاولة تغيير حالة ، و الحاجة لاتخاذ القرار تنبع من وجود بدائل ، الأمر الذي يتطلب عملية الاختيار بين هذه البدائل ، و عدم قدرة المدرّب على اتخاذ القرار تعتبر من العوامل التي تجعله يقع في برائن الصراع النفسي الذي يؤثر على جوانب شخصيته بصورة سلبية و الأساس في اتخاذ القرار هو اختيار سلوك أو تصرف معين بعد تفكير و دراسة ، لأن عملية اتخاذ القرار عملية رشيدة و عقلانية و ليست عملية عاطفية أو انفعالية ، و تمر عملية اتخاذ القرار بخطوات يجب على المدرّب مراعاتها جيداً ، لأن المدرّب إذا ما اتخذ قراراً فإنه لا يمكن استعادته أحياناً ، و لكن يمكن فقط اتخاذ قرار جيد قد يؤثر في وضع المدرّب ، و إن كان الرجوع عن القرار الخاطئ للقرار الصواب يعبر عن قوة المدرّب و يلقى ترحيباً من جميع من يتعامل معهم سواء اللاعبين أو الفريق أو جهازه المعاون . (علي فهمي البيك - عماد الدين عباس أبو زيد)

9- دافعية المدرّب الرياضي:

أشار محمد علاوي (1999) إلى أنه يمكن النظر إلى الدافعية على أنها مصطلح عام يشير إلى العلاقة الديناميكية بين الشخص و بيئته و تشتمل على العوامل و الحالات المختلفة التي تعمل على بدء و توجيه و استمرار السلوك - وبصفة خاصة - حتى يتحقق هدف ما .

فكأن الدافعية في ضوء التعريف السابق تعتبر بمثابة حالة بادئة و باعثة و موجهة و منشطة للسلوك و تعمل على دفع الشخص نحو محاولة تحقيق هدف أو أهداف معينة و الاحتفاظ باستمرارية هذا السلوك .

و من ناحية أخرى فإن الدافعية ليست شيئاً مادياً أي أنها ليست حالات أو قوى يمكن رآيتها مباشرة ، إنما هي حالات في الشخص يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة و من نشاط الشخص نفسه ، و ليس معنى هذا أن الدافعية هي نوع السلوك الذي نلاحظه ، و إنما هي حالة وراء هذا السلوك ، أي أنها الحالة التي تثير و تنشط و توجه السلوك نفسه و تعمل على استمراريته . (علاوي، سيكولوجية المدرّب الرياضي)

و ينبغي علينا مراعاة أن سلوك الشخص لا يصدر عن حالة دافعية واحدة ، فغالبا ما يكون السلوك نتيجة عدة دوافع متداخلة بعضها مع البعض الآخر ، أو قد يكون نتاج مجموعات من الدوافع .

و في ضوء ذلك فإنه يمكن ملاحظة أن دوافع المدرّب الرياضي أو المدير الفني الممارس مهنة التدريب الرياضي و الاستمرار فيها لا تظل ثابتة أبد الدهر، بل تتناولها يد التغيير و التبديل في غضون الفترة الطويلة التي يمارس فيها المدرّب الرياضي أو المدير الفني عمله التدريبي.

و من ناحية أخرى فإن دوافع المدرّب الرياضي أو المدير الفني تتغير في كل مرحلة من مراحل عمله التدريبي حتى يمكن أن تحقق مطالب و احتياجات هذه المرحلة، كما أن دوافع المدرّب الرياضي أو المدير الفني تختلف طبقاً لمستواه في مهنة التدريب الرياضي، إذ تختلف دوافع المدرّب الرياضي الحديث عن دوافع المدرّب الرياضي للاعب أو لفرق الدرجة الأولى و التي تختلف بالتالي عن دوافع المدرّب الرياضي أو المدير الفني لإحدى الفرق القومية أو اللاعبين الدوليين .

و قد أشار كل من أرفن هان Hahn (1996) ، و باومان Bauman (1996) ، و علاوي (1992) إلى الدوافع التالية التي يمكن اعتبارها من بين أهم دوافع المدرّب الرياضي أو المدير الفني.

1-9-1 دوافع رياضية:

قد نجد بعض اللاعبين الرياضيين يشعرون - عقب اعتزالهم الممارسة الرياضية - أن من واجبهم الإسهام في تطوير نوع الرياضة التي تخصص فيها ومحاولة العمل مع الناشئين لإكسابهم خبراتهم الشخصية و الارتقاء بمستوياتهم الرياضية .

1-9-2 دوافع مهنية :

كثيراً ما نجد خريجي كليات التربية الرياضية يعملون في مجال التدريب الرياضي كنتيجة لدراساتهم الرياضية التخصصية على أساس أن مهنة التدريب الرياضي هي مهنتهم المناسبة لطبيعة دراستهم.

1-9-3 دوافع اجتماعية:

مثل الاتجاه نحو الاشتراك في المجالات الاجتماعية و محاولة تكوين علاقات و صداقات اجتماعية و السعي نحو التقبل الاجتماعي كنتيجة لعملهم في مجال التدريب الرياضي.

1-9-4 تحقيق و إثبات الذات :

قد يرى الفرد أن عمله في مجال التدريب الرياضي يحقق له إثبات ذاته في إحدى المجالات التي يرى أنه كفء لها و كذلك الشعور بمدى أهميته. (علاوي، سيكولوجية المدرّب الرياضي)

خاتمة:

إن اهتمام العلوم المرتبطة بعلوم التدريب الرياضي من العوامل الأساسية في نجاح المدرّب الرياضي الذي يحسن التعامل معها خلال خبرته في مجال التدريب، و ذلك باستعمال طرق علمية تساعد في تحقيق أهدافه، بالإضافة إلى العلاقة الجيدة باللاعبين التي تمكنه من أداء مهامه في ظروف ملائمة وبناء فريق متماسك و قوي يمكنه من خوض غمار المنافسة و تحقيق النتائج.

الفصل الثالث

التدريب الرياضي الحديث في
كرة اقدم

-تمهيد:

لقد أصبح التدريب في كرة القدم عملية معقدة تستدعي علما و ممارسة ميدانية و ليس أحدهما فقط . كما أن الإعتماد على الخبرة الميدانية دون اللجوء إلى العلم يخل بإحدى القواعد الأساسية لتطور تلك الخبرة و العمل على نومها بل سيحد منها و يجعل من صاحبها مدربا ينقصه الكثير مهما كانت خبرته العلمية حيث إن التدريب الرياضي بصفة عامة و تدريب كرة القدم بصفة خاصة هو إعداد لاعب كرة القدم إعدادا فيسيولوجيا بتكيف أجهزته الحيوية مع المجهود المبذول و الأداء المطلوب خلال المباراة و كذا إعداده مهاريا ،بدنيا و خطيا بحمل مناسب سواء من حيث الشدة و الحجم .

و إن التخطيط للتدريب في كرة القدم و سيلة ضرورية للتقدم بحالة اللاعبين ،حيث يحدد مضمون و محتويات عملية التدريب بطريقة منظمة تؤدي إلى أعلى مستوى لأداء خلال المنافسات . و لكي يمكن الوصول في كرة القدم إلى المستويات العالمية يجب اتباع الطرق العلمية مع إعطاء الوقت الكافي لذلك و من بين الطرق العلمية المنتهجة طريقة استخدام التدريبات على الملاعب المصغرة.

1-2 التدريب الحديث في كرة القدم :

أصبح التدريب الرياضي يمثل دورا هاما في المجتمعات المعاصرة، إذ يسعى إلى إحداث تغيرات في أنماط سلوك الفرد و إعطائه الفرصة الكاملة لتأدية واجباته بأعلى مستوى من الكفاءة، فهو يعمل على تنمية و تطوير قدرات الفرد البدنية والنفسية.

و يشير حنفي أن التدريب عملية تربوية مخططة و الأداء الرياضي في كرة القدم و مايترب على ذلك من تحقيق الهدف في عملية تربوية التدريب و هو الفوز في المباريات و يتطلب تحقيق هذا الهدف أن يقوم المدرب بتخطيط و تنظيم قدرات لاعبيه البدنية و الفنية و الذهنية وصفاتهم الإرادية و الخلقية في إطار موحد للوصول بهم أعلى مستوى من الأداء الرياضي و خاصة أثناء المباريات

و يذكر مفتي إبراهيم أن التدريب الرياضي الحديث هو العمليات التربوية والعلمية و التي تهدف إلى قيادة و إعداد و تطوير القدرات و المستويات الرياضية و كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة و كافة جوانبها لتحقيق أفضل النتائج في الرياضة الممارسة

لذا فالتدريب الرياضي الحديث يعتمد على العلم كأساس للحصول على نتائج جيدة، و هو عبارة عن مراحل منظمة لتهيئة الرياضي للوصول به إلى مستويات الرياضة العالمية، حيث انقضى الوقت الذي كان يتمكن.

1- مفهوم الحمل ومكوناته و درجاته

1-2 مفهوم حمل التدريب :

يعتبر حمل التدريب الوسيلة الرئيسية للتأثير على على الفرد، ويؤدي إلى الإرتقاء بالمستوى الوظيفي و العضوي لأجهزة و أعضاء الجسم، و بالتالي تنمية و تطوير الصفات البدنية و المهارات الحركية و القدرات الحظيطة و السمات الإرادية.

ويعرف (ما تفيف) حمل التدريب هو العبء أو الجهد البدني و العصبي الواقع على أجهزة الفرد المختلفة (كالجهاز العصبي، و الجهاز الدوري والجهاز عضلي، والجهاز الغدى.... إلخ) كنتيجة لأداء الأنشطة البدنية المقصودة .

مكونات حمل التدريب

يتكون حمل التدريب من المكونات الأساسية التالية :

1- الشدة (شدة الحمل)

2- الحجم (حجم الحمل)

3- الكثافة (كثافة الحمل)

2-درجات حمل التدريب

يتميز حمل التدريب بدرجاته أو مستوياته المتعددة , و تنحصر درجات أو مستويات التدريب ما بين " الحمل الأقصى " أي أقصى ما يستطيع الفرد تحمله ' و "الحمل المتواضع" (الراحة الايجابية) . و تنتج عن هطه امستويات من حمل التدريب درجات متفاوتة من التعب الطي يعتبر كظاهرة فسيولوجية طبيعية تؤدي الى الارتفاع بالمستوى الوظيفي و العضوي للفرد في حالة عدم زيادته عن الحد الطبيعي بدرجة كبيرة .

و يمكن تقسيم جرجات أو مستويات حمل التدريب طبقاً لعاملتي الشدة (شدة الحمل) و الحجم (حجم الحمل) الى الدرجات أو المسويات التالية:(Scholich, 1965) (1)

1. الحمل الأقصى . Maximal
2. الحمل الأقل من الأقصى . Submaximal
3. الحمل المتوسط . Mittel
4. الحمل البسيط . Gering
5. الراحة الايجابية . Aktive Erholung

1) الحمل الأقصى:

وهو أقص درجة من الحمل يستطيع الفرد أن يطيقها أو يتحمها , و يتميز بعبء قوي جداً على أجهزة و أعضاء جسم الانسان (الجهاز الدوري و الجهاز التنفسي , الجهاز العصبي , الجهاز العضلي ... الخ) و يتطلب درجة عالية جداً من القدرة على التركيز , و تظهر على الفرد أثناء الأداء مظاهر التعب بصورة واضحة , كما يتطلب فترات طويلة للراحة حتى يمكن استعادة الشفاء .

و هطا المستوى من الحمل تتراوح شدته ما بين 90 الى 100% من أقصى ما يستطيع الفرد تحمله مع التكرار لعدد ضئيل من المرات أو لفترات قصيرة (1-5 مرات).

وينصح البعض في حالة استخدام الراحة الايجابية (النشطة) مراعاة ما يلي:

— يمكن استخدام بعض التمرينات التي تعمل فيها بعض المجمعات العضلية التي لم تشترك في الأداء السابق. وقد أثبتت البحوث التي قام بها (ناريكا شيفللي) و (جاجيا) وغيرهما أن استخدام الراحة الايجابية عقب التمرينات التي تتطلب بذل الجهد البدني العنيف و التي تتميز بسرعة الأداء. قد أدى في كثير من الاحيان الى التوصل الى نتائج طيبة (Matwejew(1)).

وفي بعض الأحيان يمكن استخدام مزيج من الراحة الايجابية و الراحة السلبية. و في هذه الحالة يراعى أن تكون الراحة الايجابية أولاً ثم تعقبها الراحة السلبية و يميز البعض بين نوعين من حمل التدريب هما :

(1) الحمل الخارجي : و يشتمل على المكونات السابق ذكرها (الشدة.الحجم،الكثافة).

(2) الحمل الداخلي : وهو درجة الاستجابات و التغيرات الوظيفية و العضوية لأجهزة الجسم التي

تنشأ بسبب الحمل الخارجي.

و هناك صلة وثيقة بين " الحمل الخارجي " و " الحمل الداخلي " , اذ تتناسب استجابة أعضاء

و أجهزة جسم الفرد طبقاً للحمل الخارجي فكلما زاد الحمل الخارجي كلما زادت درجة تغيرات

أو استجابات أعضاء و أجهزة الفرد المختلفة, و العكس صحيح.

1- الشدة (شدة الحمل):

هي السرعة أو القوة أو الصعوبة المميزة للأداء . و وحدات القياس المستخدمة لتحديد الشدة هي :

(أ) درجة السرعة : وتقاس بالثانية أو الدقيقة كما في الجرى أو السباحة أو التجديف.

(ب) درجة قوة المقاومة : وتقاس بالكغ كما في الوثبات أو الرميات في ألعاب القوى.

(د) توقيت الأداء (سرعة أو بطء اللعب): كما في الألعاب الرياضية ككرة القدم و كرة السلة و الكرة الطائرة و كرة

اليد . . . الخ، أو في المنازلات الفردية مثل المصارعة و الملاكمة و السلاح .

2- الحجم (حجم العمل)

و يتكون من :

(أ) فترة دوام التمرين الواحد: ويقصد بها فترة تأثير التمرين الواحد على أعضاء و أجهزة جسم الفرد، مثل الجرى 100م، أو السباحة 400م أو رفع ثقل زنته 50 كحجم لمرة واحدة مثلاً.

(ب) عدد مرات تكرار التمرين الواحد: مثل تكرار الجرى لمسافة 100م أربع مرات، أو السباحة لمسافة 400م خمس مرات، أو رفع ثقل زنته 50 كحجم و التكرار 10 مرات .

3-الكثافة (كثافة الحمل):

يقصد بكثافة الحمل العلاقة الزمنية بين فترتي الحمل و الراحة في أثناء الوحدة التدريبية الواحدة (الساعة التدريبية) .والعلاقة الصحيحة بين فترتي الحمل و الراحة من الأسس الهامة لضمان استعادة الفرد لحالته الطبيعية نسبياً (أى

استعادة الشفاء)، و بالتالي ضمان استمرار قدرة الفرد على العمل و الأداء و تقبل المزيد من حمل التدريب

و تتحدد طول فترة الراحة طبقاً لحجم و شدة الحمل. و كمبدأ عام يجب أن يصل الفرد في نهاية فترة الراحة إلى درجة تسمح له بالقدرة على تكرار التمرين التالي بصورة طيبة، ويرى العلماء أن فترة الراحة البينية المناسبة هي التي تصل نبضات القلب في نهايتها إلى حوالي 120 نبضة (دقة) في الدقيقة .

و تنقسم فترة الراحة إلى نوعين رئيسيين هما:

(أ) راحة سلبية:

وهي الفترة الزمنية التي يستريح فيها الفرد الرياضي تماماً و لا يقوم فيها بأداء أي نشاط بدوي مقصود، مثل الوقوف أو الجلوس أو القعود عقب أداء التمرين البدني مباشرة

(ب) راحة إيجابية(نشطة) :

و هي عبارة عن راحة من العمل أو الأداء، أو عبارة عن مزيج من الحمل و الراحة إذ يقوم فيها الفرد الرياضي بممارسة و أداء بعض أنواع من الأنشطة البدنية بطريقة معينة تسهم في استعادته القدرة على العمل، و لا تؤدي إلى زيادة إحساسه بالتعب، مثل أداء بعض تمارين المرونة و الاسترخاء عقب تمارين التقوية العنيفة، أو الجري الخفيف بعد العدو السريع.

1-3-الاعداد البدني :

هو من الواجبات الاساسية للتدريب في كرة القدم اذ ان اللاعب بدون اكتساب الاعداد البدني العام والخاص لا يستطيع ان يؤدي واجباته في المباراة باتقان حيث يعمل الاعداد البدني على التنمية وتحسين حالة اللاعب البدنية والحركية لمجابهة اعباء متطلبات عملية التدريب والمنافسة اثناء باقل جهد مع القدرة على استعادة الشفاء. والغرض الاساسي من الاعداد البدني هو تنمية القدرة الفسيولوجية والصفات البدنية العامة والخاصة والتي تشتمل على التحمل والقوة والسرعة والرشاقة والمرونة ومركباتهم مثل القوة المميزة بالسرعة وتحمل القوة وتحمل السرعة . ويقرر مستوى هذه القدرات درجة امكانية اللاعب للوصول الى مستويات عالية .

1-4- الاعداد المهاري:

يرى المفتي ابراهيم حماد ان التدريب المهاري هو عملية اكتساب واتقان وتثبيت الحركات والادوات المهارية البسيطة والمركبة في كرة القدم بسلاسة وانسيابية ودقة تحت شروط واحتمالات وظروف المباراة ويعتمد الاعداد المهاري على الاستخدام الامثل للقدرات البدنية التي اكتسبها اللاعب من خلال الاعداد البدني وهنا يلعب دور المدرب في ربط كل من الاعداد البدني و المهاري بصفة مستمرة مما يؤدي الى ارتفاع المستوى الفني اللاعب وبتالي قدرته على صحة ودقة الاداء المهاري العالي تحت ظروف مباراة صعبة والمعقدة وتحت ضغط الخصم في مساحات الملعب المختلفة والمحددة. وكذلك يجب ان تنمي المهارات بالشكل الذي تستخدم فيه هذه المهارات في مواقف تكتيكية معينة اثناء المباراة .

1-5- الاعداد الخططي :

هو عملية تنمية امكانيات اللاعب وقدراته على الربط وتطبيق الاداءات المهارية والاستفادة من الامكانيا البدنية والحركية والقدرات العقلية واستعداداته النفسية تحت اي ظروف ومتطلبات اي الاداء اثناء المباراة وظروفها المختلفة

وعليه يمكن القول بأنه من الضروري الاهتمام بتدريب اللاعبين على الخطط الفردية وكذلك الجماعية حتى يصبح ادائهم لتلك الخطط تلقائيا اثناء المباريات ويتوقف ذلك على مستوى كفاءة الحالة البدنية والمهارية والنفسية للاعب مما لا شك فيه ان القدرات العقلية تلعب دورا حاسما في قدرة كل لاعب في التصرف السليم خططيا تحت الظروف المتغيرة للمباريات والتحول الخططي بين الدفاع والهجوم .

1-6- الاعداد النفسي:

هو كل الاجراءات و الواجبات التي يضعها المدرب بهدف تنمية الصفات الارادية و الصفات الخلقية للاعب و التغلب على المثثرات الداخلية و الخارجية اثناء المباراة كالملعب و نوعية الارضية و الجمهور

الخاتمة :

أصبح التدريب الرياضي الحديث وجه لعملة واحدة ، و إغفال هذه الحقيقة لا يؤدي إلى تحقيق النتائج الرياضية المنشودة ، و بهذا المفهوم تحققت المستويات الدولية العالمية التي كانت تعد أحلاما تداعب أجفان العاملين في المجال الرياضي .

و هذا الفصل هو :

محاولة علمية تستهدف تأهيل المدرب وفتح الآفاق العلمية أمام الباحث العلمي ، و إعداد الطالب أو الرياضي لفهم العملية التدريبية من منظورها العام ، و في سبيل ذلك تناول البحث موضوعات مختلفة تشمل مفهوم المدرب الرياضي و التخطيط للتدريب و تقنيته و الإتجاهات الحديثة في مجال التدريب ، و الأسس التدريبية لمفهوم و كيفية تنمية الصفات البدنية المختلفة .

كما يتطرق الفصل إلى :

معالجة مشكلة تخطيط التدريب و توزيع طرق التدريب بمستوياتها المختلفة بدءاً من الجرعة و مراحل الموسم الرياضي المختلفة ، كما يتطرق الفصل لمعالجة مشكلة التدريب الرياضي طويل المدى و مراحلها المختلفة و تجارب واقعية عالمية و محلية في هذا المجال .

و هذا الفصل يعد :

خلاصة الفكر الحديث في مجال التدريب الرياضي ، و خلاصة تجارب الدول المتقدمة في هذا المجال .

الباب الثاني

الدراسة الميدانية

الفصل الأول:

منهجية البحث و الإجراءات
الميدانية

تمهيد :

من خلال هذا الفصل نسعى إلى إعطاء فكرة واسعة ونضرة معمقة حول كيفية إجراء البحث والطريقة التي تم بها ، من التحضير للبحث على تنفيذه ثم ما توصل إليه ، وبذلك فقط يمكن تقييم البحث والحكم عليه .

وسيتم في هذا الفصل التطرق إلى دراسة الإستطلاعية بشكل مختصر ، ثم الإسهاب في شرح مضمون الدراسة الأساسية وما احتوته وكيف نفذت وإلى ما توصلنا ، إضافة إلى الأدوات والوسائل المستعملة في البحث.

1- الدراسة الإستطلاعية :

1-1- الغرض من الدراسة الإستطلاعية :

تطبيقا لطرق البحث العلمي و لأجل ضمان السير الحسن لتجربة البحث، قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية للدوافع إختيار مهنة مهنة التدريب الرياضي لدى مدربي كرة القدم "لولاية غليزان" و التي كان الهدف منها:

- التعرف على طبيعة العينة و كيفية التعامل معها.
 - الوقوف على الصعوبات التي قد تعترض الباحث.
 - قياس صلاحيات الاستبيانات المراد استعمالها في التجربة الرئيسية لمعرفة صدق و ثبات موضوعية النتائج.
 - اختيار أفضل وقت لتقسيم الاستمارات.
- و قد مرت التجربة الاستطلاعية بالخطوات التالية:

1-2 الخطوة الأولى:

من أجل دراسة الموضوع و البحث فيه قمنا بإعداد الاستمارة الاستبائية بموافقة الأستاذ المشرف عليها "حرياش إبراهيم" منها أنما تمس موضوع البحث و تلائمه، عداها قمنا بوضع الاستمارة بشكلها النهائي و توزيعها على عينة البحث و تحتوي الإستمارة (24) سؤال موجه الى مدربي كرة القدم لولاية غليزان ، حيث قسمت الاستمارة إلى أربع محاور كما هو موضح على الشكل التالي :

المحور الأول : حب المهنة .

والأسئلة الخاصة بهذا المحور هي كالتالي : "06.05.04.03.02.01"

المحور الثاني : تقدير المنافسة الرياضية.

والأسئلة الخاصة بهذا المحور هي كالتالي: "12.11.10.09.08.07"

المحور الثالث: التفاعل مع اللاعب.

والأسئلة الخاصة بهذا المحور هي كالتالي: "18.17.16.15.14.13"

المحور الرابع: الجانب المادي.

والأسئلة الخاصة بهذا المحور هي كالتالي: "24.23.22.21.20.19"

1-2 الخطوة الثانية:

تمثلت في تحديد مكان إجراء الدراسة الاستطلاعية و الأصلية و تحديد عينة البحث و التأكد من توفر المدربين إضافة إلى المساعدات من قبل المسؤولين و المدرسين في مكان إجراء العمل الاستطلاعي و الأصلي، و في بادئ الأمر فإن تحديد المكان انطلاقاً من قربه من إقامة الباحث و مكان الدراسة لديه كذلك لتسهيل المهمة بإضافة و معرفتهما بالمسؤولين فيه، فكان الأنسب للبحث.

1-3 الخطوة الثالثة:

تمثلت الخطوة الثانية في تحديد أداة القياس الدوافع باعتبارها متغير مستقل و التي تمثلت في حب المهنة ،تقدير المنافسة الرياضية ،التفاعل مع اللاعب الجانب المادي الخ.

و في سبيل ذلك اعتمد الباحث عدد من الدراسات المشابهة و بعض المصادر و المراجع المتصلة بالموضوعين لينهل منها ما تواجد بها من الاستبيانات التي تقيس الدوافع اختيار مهنة التدريب الرياضي لدى مدبي كرة القدم " لولاية غليزان " ليخلص الباحثين في النهاية إلى الخروج بأداة الدراسة و المتمثلة في مقياس الدوافع التي أكد عليها (دافيدوف) حيث ركز الاختبارات الدافعية التي تؤخذ منه من خلال الإجابة عن أسئلة أو عبارات مكتوبة.

لقياس بعض الدوافع التي تطرأ لدى اختيار مدربي كرة القدم مهنة التدريب ، نظم الباحثين في استمارة يعتمدها في اختيار الاختبار الأنسب و الأصح.

2- الدراسة الأساسية:**1-2 منهج البحث:**

إن لكل بحث خصائص و بالتالي منهج مناسب له، و المنهج مهما كان نوعه و خصائصه فإنه يعبر عن الطريقة التي يتبعها و يسلكها الباحث أثناء دراسة المشكلة و ذلك قصد الوصول إلى نتائج دقيقة و الاجابة عن التساؤلات المطروحة.

و المنهج في البحث العلمي يفرض نفسه حسب الطبيعة المدروسة و الطالب ليس حرا في اختياره للمنهج المتبع. على هذا الأساس و للوصول إلى تحقيق أهداف بحثنا هذا استخدم المنهج الوصفي بأسلوب المسحي باعتباره من المناهج الأكثر استعمالا و يتلاءم مع موضوع و مشكلة بحثنا هذا.

" فالمنهج المسحي هو نوع من الوصف، فالنهج الوصفي المسحي و الذي عرفه (بسيوني) بكل استسقاء و ينصب على ظاهرة من الظاهرة التعليمية كما هي في الوقت الحاضر قصد تشخيصها و كشف جوانبها و تحديد العلاقة بينهما و بين الظاهر الأخرى. (بسيوني .)

2-2 مجتمع عينة البحث:

حرصا منا على الوصول إلى نتائج أكثر دقة و موضوعية قمنا باختيار العينة بطريقة عشوائية.

العينة:

تمثلت في 20 مدرب لولاية غليزان.

2-3 عينة البحث:

تعتبر العينة في البحث أساس عمل الباحث حيث (فهمي) هيكل " عينة البحث هي المعلومات و الوحدات التي تسحب من المجتمع الأصلي لموضوع الدراسة بحيث تكون ممثلة تمثيلا صادقا "

المجتمع (فهمني ع.، 1994) كما يعرفها أبو الفتوح عطية بأنها التي تتضمن عناصر معينة من المجتمع الأصلي، يريد الباحث أن يخضعها بعينها للدراسة وذلك لسبب أو لآخر.

و بعد تحديد المجتمع الأصلي للدراسة و هو 20 مدرب من ولاية غليزان مقسمين على كلا من الولايتين "بلدية المطمر، بلدية يلل، ولاية غليزان" تم تحديد عينة من المجتمع الأصلي و تم الاختيار بطريقة عشوائية.

2-3 مجالات البحث:

2-3-1 المجال البشري:

تمثلت عينة البحث من 20مدرب كرة القدم

بلدية يلل : 6 مدربين

بلدية المطمر : 6 مدربين

ولاية غليزان : 8 مدربين

2-3-2 المجال المكاني:

أنجز البحث داخل الملعب أي بتقسيم الاستمارات على مدربي كرة القدم لولاية غليزان.

ولاية غليزان:

- بلدية المطمر

-بلدية يلل

-بلدية غليزان

2-3-3 المجال الزمني:

انطلق العمل في هذا البحث يوم 2014/11/10 و انتهى يوم 2015/05/24 حيث استغرق زمن توزيع الاستمارات حوالي 3 أسابيع من 09 مارس إلى 30 مارس 2015.

2-4-2 متغيرات البحث:

2-4-2-1 المتغير المستقل: مهنة التدريب الرياضي.

2-4-2-2 المتغير التابع: المتمثل في الدوافع.

2-4-2 المتغيرات العشوائية:

إن الدراسة الميدانية تتطلب ضبطاً للمتغيرات الإجرائية قصد التحكم فيها قدر الإمكان من جهة و عزل بقيمة المتغيرات العشوائية من جهة أخرى، و بدون هذا الضبط نصل إلى نتائج مرفقة بالشوائب و الشكوك مستعصية على التحليل إذ يذكر محمد حسين علاوي و أسامة كامل راتب أنه يجب على الباحث أن يتعرض إلى المسببات الحقيقية للنتائج بدون ممارسة الباحث لإجراءات الضبط الصحيحة. (العلاوي)

بينما يذكر فان دالين أن المتغيرات العشوائية التي تؤثر في المتغير التابع و التي من الواجب ضبطها هي المؤثرات الخارجية و المؤثرات التي ترجع إلى الإجراءات التجريبية و مؤثرات ترجع إلى مجتمع العينة (دالين، 1985) و عليه كان ضبط المتغيرات بالنسبة لاستمارات الدوافع على النحو التالي :

1- لا بد من وجود مكان ملائم حتى تكون موضوعية و مصداقية في الإجابات.

2- توفير أقلام للمدربين حتى يتم إجراء هذه التجربة في وقت واحد على كل المدربين.

3- لا بد من إجراء تقسيم الاستمارات أثناء حصة التدريب .

4- توحيد طريقة شرح كيفية الإجابة على عبارات الأداة المستعملة.

2-5 أدوات البحث:

إن أدوات البحث تعتبر إحدى ركائز الدراسة و لأجل إنجاز البحث على نحو أفضل و تحقيقاً للأهداف المنشودة إستخدم الطلبة الباحثون الأدوات التالية:

- مسح العديد من المصادر و المراجع و البحوث العلمية و الدراسات المتشابهة.
- المقابلات الشخصية مع بعض أساتذة و دكاترة التربية البدنية و الرياضية.
- فريق عمل مكون من الطلبة الباحثون.

2-5-1 الأدوات البيداغوجية:

و نقصد بتلك الأدوات و الأجهزة المستعملة في القيام بالاختبارات النفسية المتمثلة في الاستمارات و هذه الأدوات تتمثل فيما يلي :

أقلام، أوراق استمارات، ملعب، مدرين... الخ.

2-6 الوسائل الاحصائية :

استخدم الباحث الوسائل الإحصائية التالية

2-6-1 النسبة المئوية: (قيس نجي عبد الجبار، سامر محمد كامل، 1988)

أ: عدد التكرارات
ن: عدد العينة

$$\% = \frac{\text{عدد الأفراد في كل مستوى} \times 100}{\text{العدد الاجمالي}}$$

$$= \frac{أ \times 100}{ن}$$

2-6-2 اختبار مربع كاي²:

كا² : اختبار مربع كاي
 ل : التكرار الملاحظ أو المشاهد
 مج : المجموع
 ق : التكرار المتوقع

$$\frac{\text{مج} (ل - ق)^2}{ق} = \text{كا}^2$$

التكرار المتوقع = مجموع التكرارات الأفقية X مجموع التكرارات العمودية
 المجموع الكلي لعدد التكرارات

(بوضيف، 1977)

2-7-2 الأسس العلمية:

تم اجراء التجربة على عينة من التلاميذ لمجموعة من المتوسطات لولاية غليزان و مستغانم، كان الهدف من التجربة دراسة الأسس العلمية للاختبار (الثبات ، الصدق، الموضوعية).

2-7-1-1 الصدق:

2-7-1-1-1 صدق الأداة :

2-7-1-1-1-1 الصدق الظاهر :

صدق الاختبار يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها قياس ما وضع لأجله، فالاختبار أو المقياس الصادق الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها.

2-1-1-7-2 صدق مضمون (المحتوى) :

قمنا قبل توزيع الاستبيان بعرضه على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والإختصاص ، وتألّفت من اربع محكمين أساتذة من معهد التربية البدنية والرياضة بجامعة عبد الحميد بن باديس بمستغانم ، لمناقشة عباراته وإبداء رأيهم وتحديد موقفهم من مدى انسجام العبارات ومدى مناسبتها ، والصياغة اللغوية وشمولها (واضحة ، غير واضحة) وتصنيف تسمية العبارات حسب المحاور المقترحة (مناسبة ، غير مناسبة) وبعد جمع الأداة من المحكمين ، وبما ما ورد من الملاحظات ، قمنا بتعديل صياغة بعض العبارات واسبعاد بعضها حتى خرجت على الشكل النهائي (24) عبارة .

2-8 صعوبات البحث :

هناك بعض الصعوبات التي تلقيناها خلال دراستنا للبحث، تكمن في :

- مصادفة العمل مع خروج النوادي الى المنافسة مما أدى للتأخر في تقسيم الاستمارات.
- عدم الاجابة بصدق على الاستبيان الموجه للمدرّبين.
- صعوبة الحصول على الدراسات السابقة.
- عدم توفر الاختيار أو الاستمارة الاستبائية المتقنة لهذا الموضوع.
- صعوبة صياغة الأسئلة المتعلقة بالاستبيان.

خاتمة:

لقد قام الطلبة الباحثين في هذا الفصل بإتباع المنهجية المتبعة في هذا البحث و اجراءاته الميدانية ذلك لضمان السير الحسن للدراسة ميدانيا و لتحقيق أهداف البحث وصولا إلى الدراسة الأساسية من خلال منهجية البحث و كيفية تحضيرها و تنفيذها خروجا بالخام من المعلومات التي يمكن معالجتها إحصائيا و الحكم بها على تحقيق فرضيات البحث من عدمها.

الفصل الثاني

عرض و تحليل النتائج

عرض النتائج الميدانية :

المحور الأول: حب المهنة .

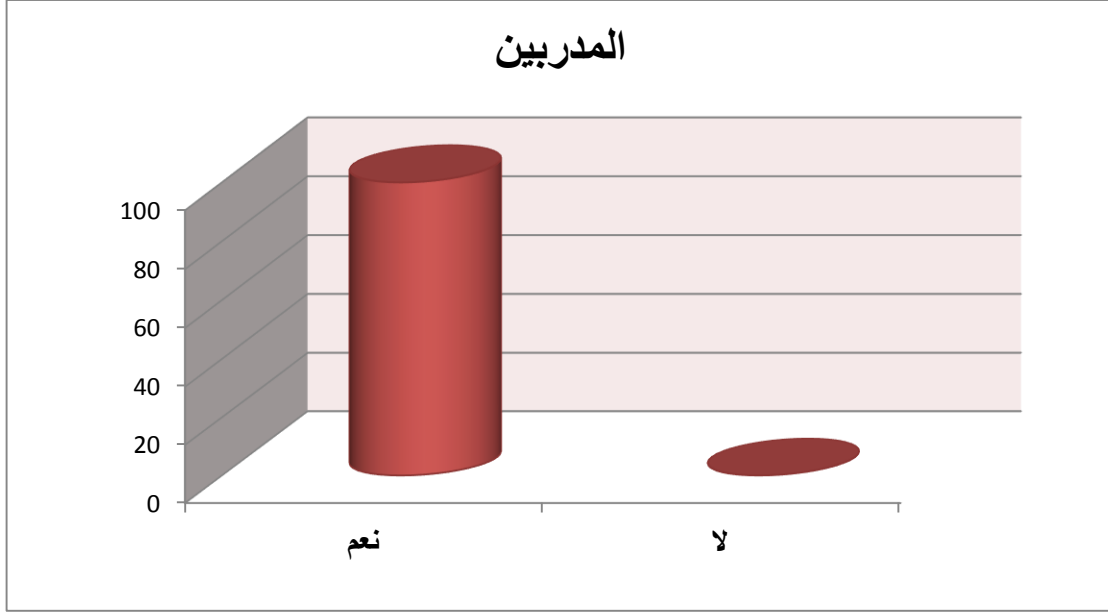
السؤال الأول: هل ممارستك للرياضة يعتبر دافع لإختيارك للتدريب الرياضي كمهنة ؟

لا	نعم	
0	20	عدد المدربين
0%	100%	النسبة المئوية
	20	كا2 المحسوبة
	3.84	كا2 الجدولية

الجدول رقم (01) يمثل إعتبار ممارسة الرياضة دافع لإختيار مهنة التدريب الرياضي .

تحليل النتائج : نلاحظ من خلال الجدول رقم (01) أن نسبة كبيرة من المدربين 100% ترى أن ممارسة الرياضة يعتبر دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة وتليها نسبة 00% العكس و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (20) أكبر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (01).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح نعم و يعزي الباحث أن أغلبية المدربين يعتبرون ان ممارسة الرياضة دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة .



الشكل رقم (01) يمثل إعتبار ممارسة الرياضة دافع لإختيار مهنة التدريب الرياضي.

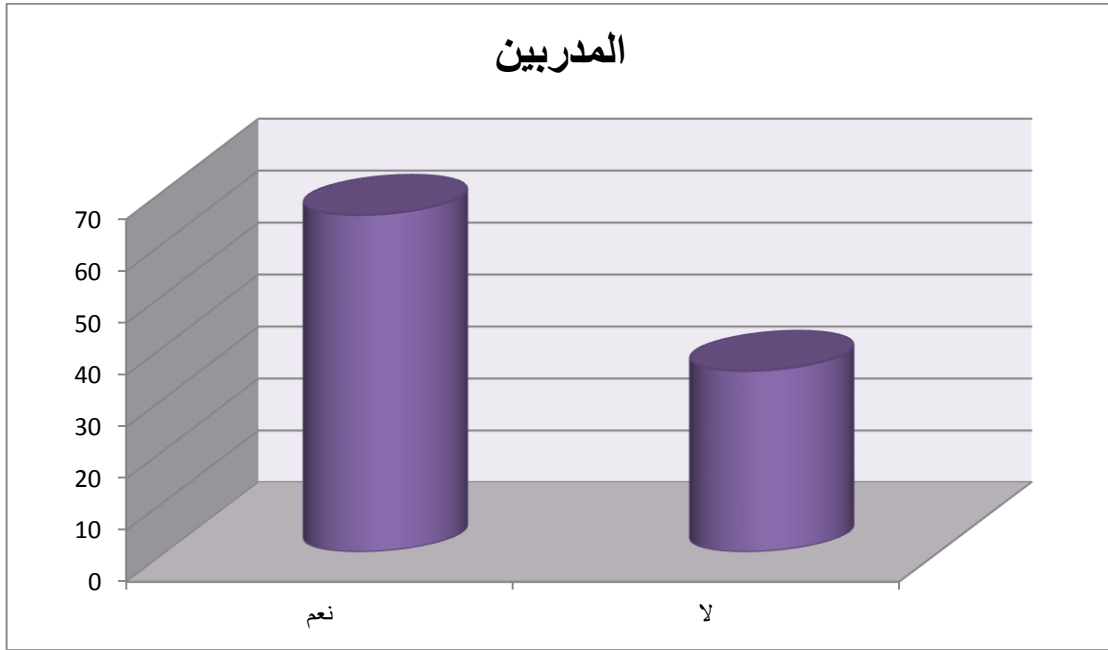
السؤال الثاني: هل الحصول على وظيفة يعتبر دافع للتدريب الرياضي كمهنة ؟

نعم	لا	
13	07	عدد المدرين
65%	35%	النسبة المئوية
1.8		كا2 المحسوبة
3.84		كا2 الجدولية

الجدول رقم (02) يمثل إعتبار الحصول على وظيفة دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة .

تحليل النتائج : نلاحظ من خلال الجدول رقم (02) أن نسبة كبيرة من المدربين 65% ترى أن الحصول على وظيفة يعتبر دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة وتليها نسبة 35% العكس و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (1.8) أصغر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن أغلبية المدربين لهم إعتبار الحصول على وظيفة دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة .



الشكل رقم (02) يمثل إعتبار الحصول على وظيفة دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة .

السؤال الثالث: إن إختيارك لمهنة التدريب الرياضي راجع إلى ...

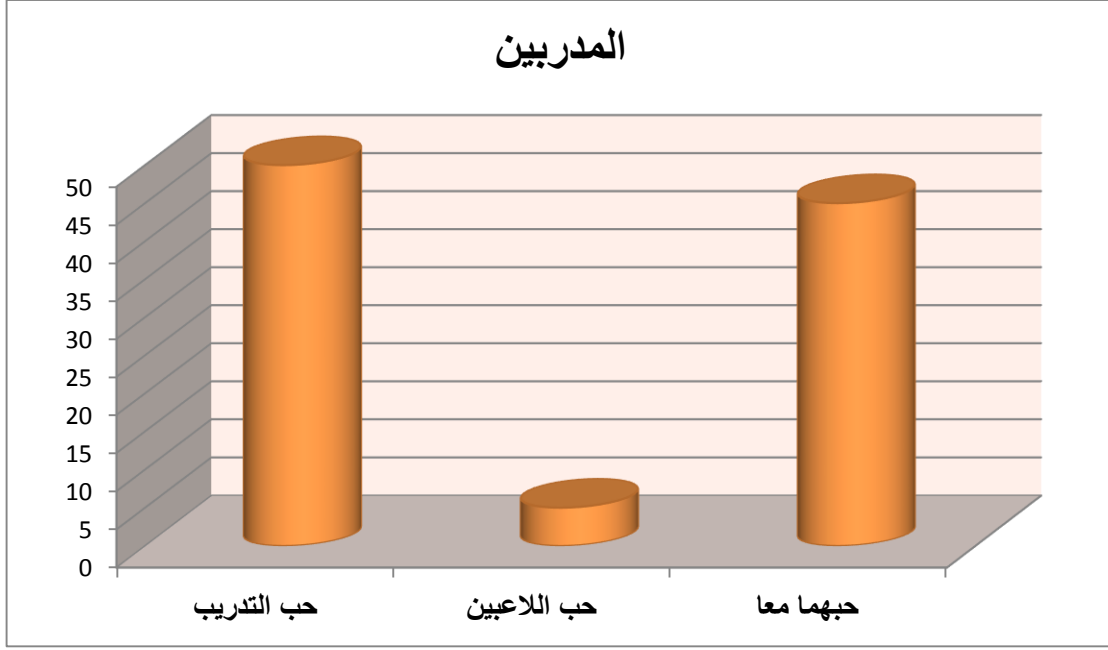
حبهم معا	حب اللاعبين	حب التدريب	
09	01	10	عدد المدربين
45%	05%	50%	النسبة المئوية
		7.30	كا2 المحسوبة
		5.99	كا2 الجدولية

الجدول رقم (03) يمثل رجوع المدرب لإختيار مهنة التدريب الرياضي .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن نسبة كبيرة من المدربين 50% ترى أن إختيار مهنة التدريب الرياضي راجع إلى حب التدريب وتليها نسبة 45% حب اللاعبين والتدريب و تليها نسبة 05% حب اللاعبين و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (7.30) أكبر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح حب التدريب و يعزي

الباحث أن حب المدرب للتدريب راجع الى إختياره لمهنة التدريب الرياضي .



الشكل رقم (03) يمثل رجوع المدرب لإختيار مهنة التدريب الرياضي .

السؤال الرابع: هل المزايا الصحية و البدنية يعتبر دافع لإختيارك للتدريب الرياضي كمهنة ؟

لا	نعم	
03	17	عدد المدربين
15%	85%	النسبة المئوية
	9.8	كا2 المحسوبة
	3.84	كا2 الجدولية

الجدول رقم (04) يمثل إعتبار المزايا الصحية و البدنية دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة.

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) أن نسبة كبيرة من المدربين 85% ترى أن المزايا

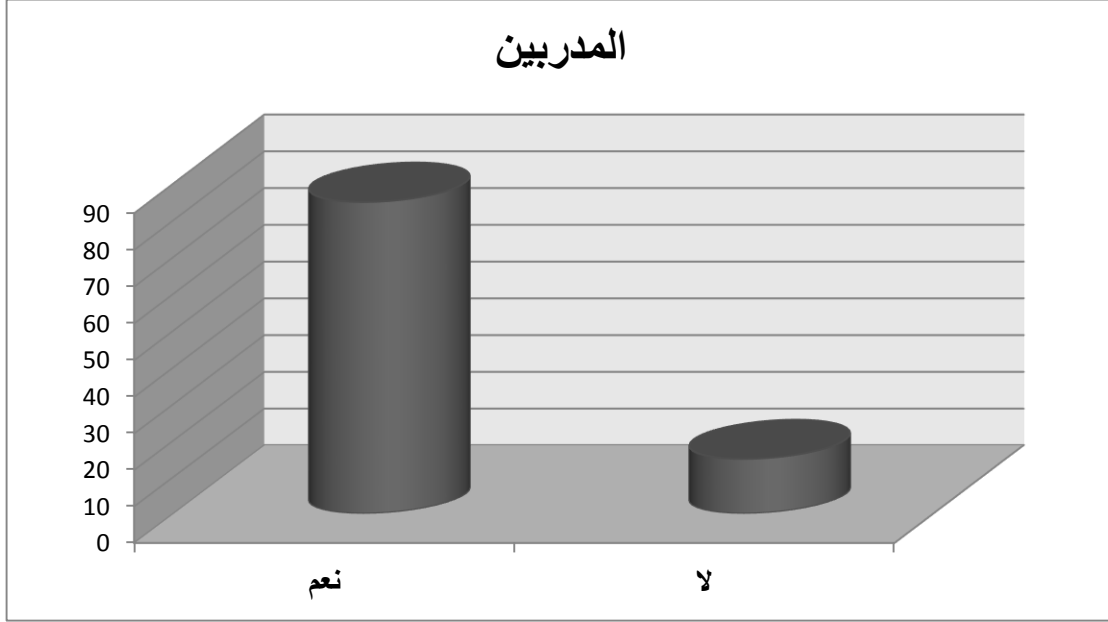
الصحية و البدنية دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة وتليها نسبة 15% العكس و من خلال

النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (9.8) أكبر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة

(0.05) ودرجة الحرية (01).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح نعم و يعزي الباحث أن

حب المدرب للمزايا الصحية والبدنية الدافع الذي ادى الى إختياره لمهنة التدريب .



الشكل رقم (04) يمثل إعتبار المزايا الصحية و البدنية دافع لإختيار التدريب الرياضي كمهنة .

السؤال الخامس: هل ظروف إنجاز حصة التدريب مقارنة مع باقي المواد دفعتك لإختيار التدريب كمهنة ؟

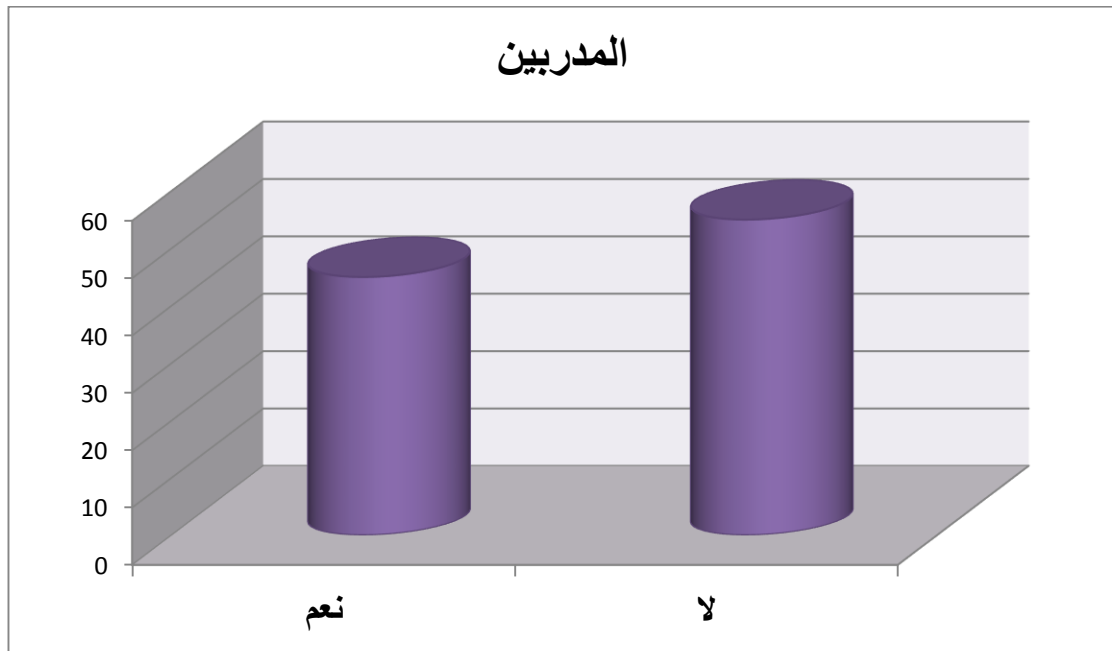
نعم	لا	
09	11	عدد المدربين
45%	55%	النسبة المئوية
0.2		كا2 المحسوبة
3.84		كا2 الجدولية

الجدول رقم (05) يمثل دفع ظروف إنجاز حصة التدريب لإختيار التدريب كمهنة .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) أن نسبة كبيرة من المدربين 55% لم تدفعها ظروف إنجاز حصة التدريب لإختيار التدريب الرياضي كمهنة وتليها نسبة 45% العكس و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (0.2) أصغر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (01).

مناقشة النتائج: ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن حصة

التدريب الرياضي ليست كباقي المواد وهذا ليس دافع لإختيار المدربين مهنة التدريب الرياضي .



الشكل رقم (05) يمثل دفع ظروف إنجاز حصة التدريب لإختيار التدريب كمهنة .

السؤال السادس: ما هي الأمور التي جعلتك تختار التدريب الرياضي كمهنة ؟

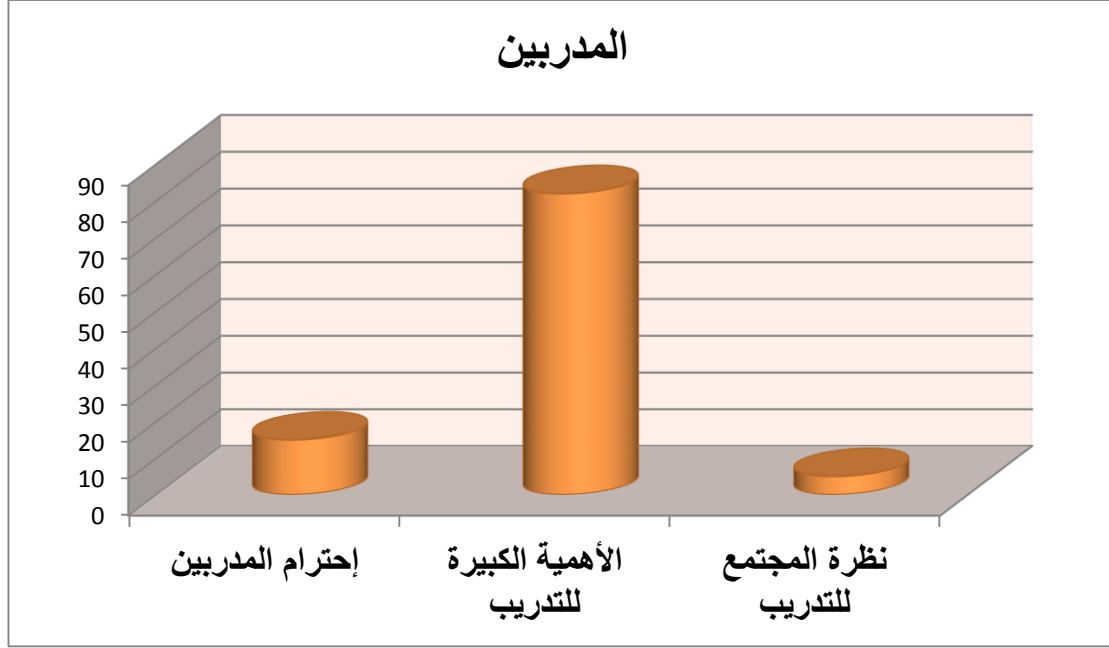
نظرة المجتمع للتدريب	الأهمية الكبيرة للتدريب	إحترام المدربين	
01	16	03	عدد المدربين
05%	80%	15%	النسبة المئوية
			كا2 المحسوبة
			كا2 الجدولية
			19.91
			5.99

الجدول رقم (06) يمثل الأمور التي جعلت المدرب يختار التدريب الرياضي كمهنة .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) أن نسبة كبيرة من المدربين 80% الأمر الذي جعلها تختار التدريب الرياضي كمهنة هو الأهمية الكبيرة للتدريب وتليها نسبة 15% إحترام المدربين و تليها نسبة 05% نظرة المجتمع للتدريب و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (19.91) أكبر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح الأهمية الكبيرة للتدريب و

يعزي الباحث أن الأهمية الكبيرة للتدريب الدافع الذي أدى المدرب لإختيار التدريب كمهنة .



الشكل رقم (06) يمثل الأمور التي جعلت المدرب يختار التدريب الرياضي كمهنة .

المحور الثاني : تقدير المنافسة الرياضية .

السؤال السابع : هل المواظبة و الإنضباط في التدريبات شرط حتمي لتحقيق النتائج الإيجابية ؟

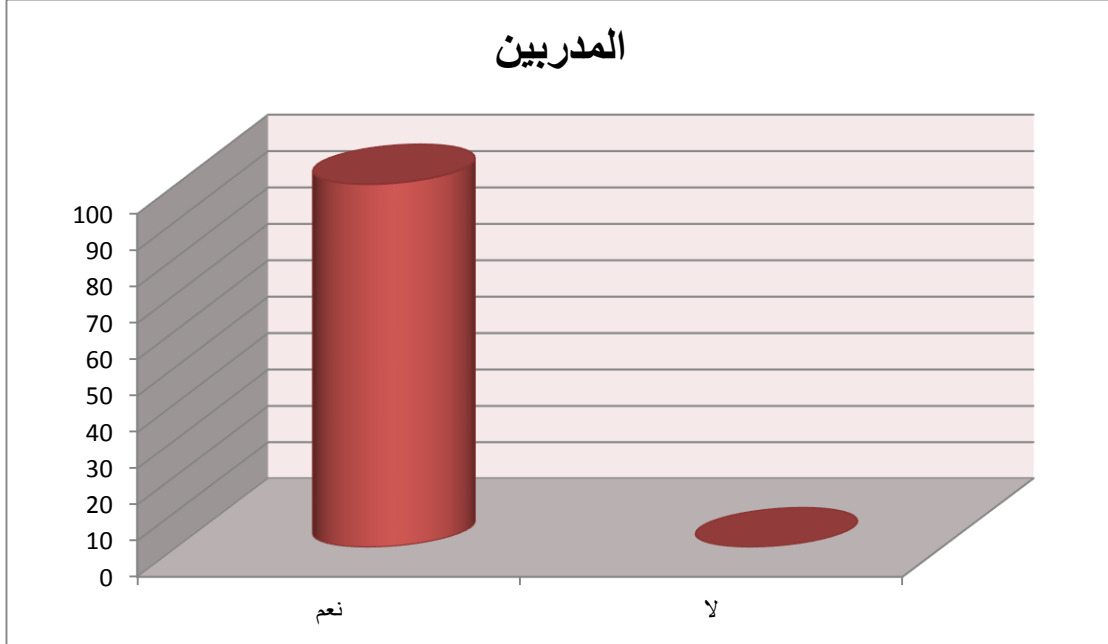
لا	نعم	
0	20	عدد المدربين
00%	100%	النسبة المئوية
	20	كا2 المحسوبة
	3.84	كا2 الجدولية

الجدول رقم (07) يمثل شرط المواظبة و الإنضباط في التدريبات لتحقيق النتائج الإيجابية .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (07) أن نسبة كبيرة من المدربين 100% ترى أن المواظبة و الإنضباط في التدريبات شرط حتمي لتحقيق النتائج الإيجابية و تليها نسبة 00% العكس و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (20) أكبر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (01).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح نعم و يعزي الباحث أن

شرط المواظبة والإنضباط يؤدي حتما الى تحقيق نتائج إيجابية .



الشكل رقم (07) يمثل شرط المواظبة و الإنضباط في التدريبات لتحقيق النتائج الإيجابية.

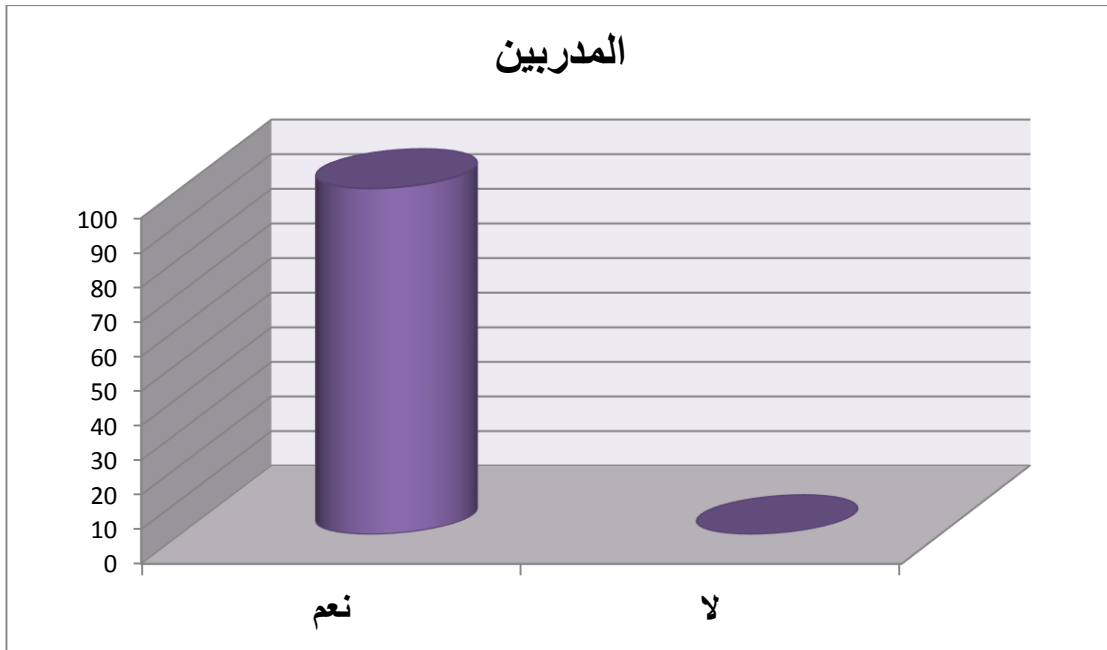
السؤال الثامن : هل قدرة المدرب على فرض الإنضباط داخل الفريق له أثر إيجابي في تحقيق النتائج ؟

لا	نعم	
0	20	عدد المدربين
00%	100%	النسبة المئوية
	20	كا2 المحسوبة
	3.84	كا2 الجدولية

الجدول رقم (08) يمثل تأثير فرض الإنضباط داخل الفريق من قبل المدرب لتحقيق النتائج الإيجابية .

تحليل النتائج : نلاحظ من خلال الجدول رقم (08) أن نسبة من المدربين 100% ترى أن فرض الإنضباط داخل الفريق له أثر إيجابي في تحقيق النتائج و تليها نسبة 00% العكس و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (20) أكبر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (01).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح نعم و يعزي الباحث أن فرض عقوبات تأديبية هي الطريقة المثالية للتعامل مع السلوكات الغياب للاعب .



الشكل رقم (08) يمثل تأثير فرض الإنضباط داخل الفريق من قبل المدرب لتحقيق النتائج الإيجابية .

السؤال التاسع: في حالة غياب اللاعب عن الحصص التدريبية ماهي الطريقة التي ترونها مثالية للتعامل مع هذه السلوكيات ؟

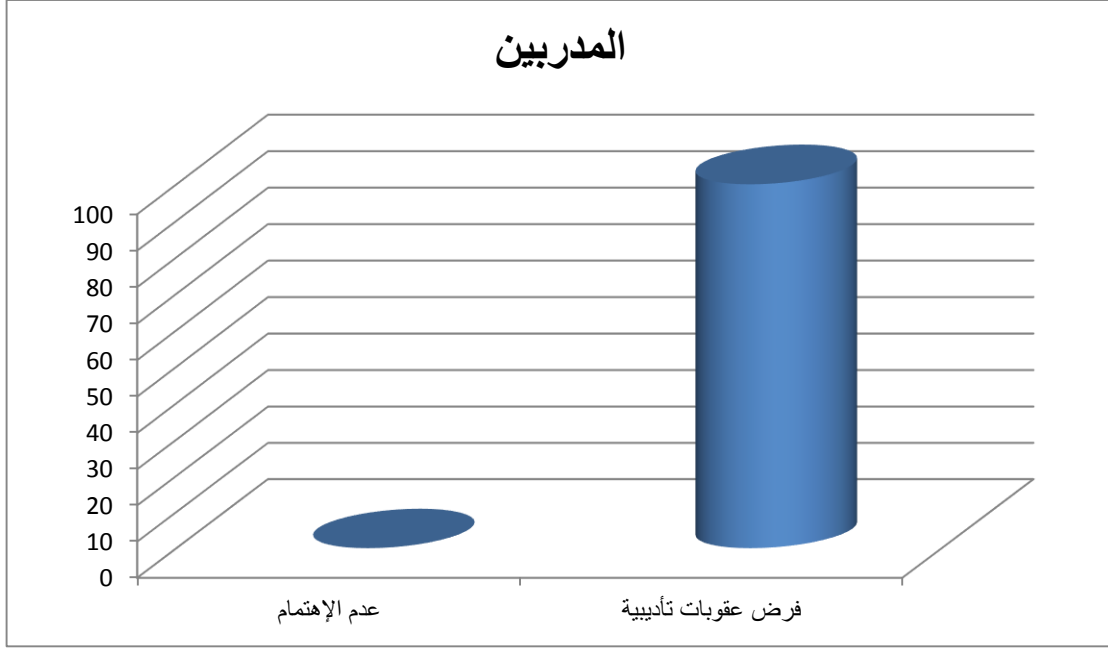
عدد المدربين	عدم الإهتمام	فرض عقوبات تأديبية
0	20	100%
النسبة المئوية	00%	100%
كا2 المحسوبة	20	
كا2 الجدولية	3.84	

الجدول رقم (09) يمثل الطريقة المثالية للتعامل مع سلوكيات اللاعب في حالة غيابه عن الحصص التدريبية .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (09) أن نسبة كبيرة من المدربين 100% ترى في حالة غياب اللاعب عن الحصص التدريبية تفرض عليه عقوبات تأديبية و تليها نسبة 00% عدم الإهتمام و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (20) أكبر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (01).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح فرض عقوبات تأديبية و

يعزي الباحث أن الغياب عن الحصص التدريبية له اثر سلبي على الفريق .



الشكل رقم (09) يمثل الطريقة المثالية للتعامل مع سلوكيات اللاعب في حالة غيابه عن الحصص التدريبية .

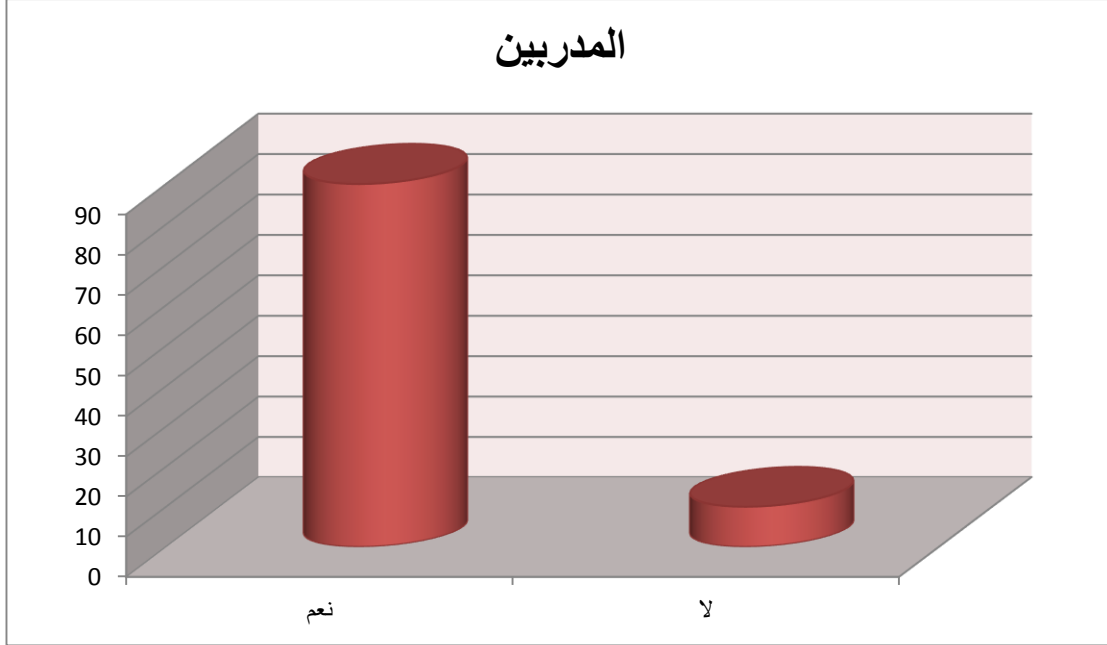
السؤال العاشر: هل غيابك عن الحصص التدريبية له أثر سلبي في مردود الفريق ؟

لا	نعم	
02	18	عدد المدرين
10%	90%	النسبة المئوية
	12.8	كا2 المحسوبة
	3.84	كا2 الجدولية

الجدول رقم (10) يمثل تأثير غياب المدرب عن الحصص التدريبية في مردود الفريق .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (10) أن نسبة كبيرة من المدرين 90% ترى في حالة غيابها عن الحصص التدريبية يكون أثر سلبي في مردود الفريق و تليها نسبة 00% العكس و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (12.8) أكبر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (01).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح نعم و يعزي الباحث أن الغياب عن الحصص التدريبية له اثر سلبي في مردود الفريق .



الشكل رقم (10) يمثل تأثير غياب المدرب عن الحصص التدريبية في مردود الفريق .

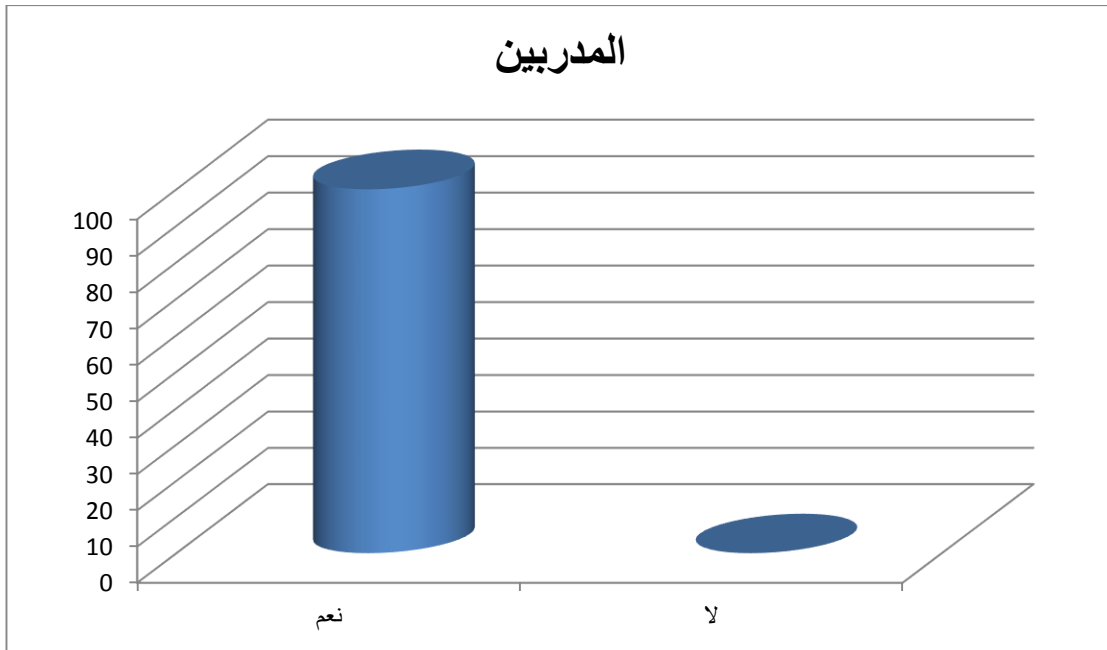
السؤال الحادي عشر: هل ترى أن أسلوب التشجيع و التحفيز له تأثير إيجابي على مردود الفريق ؟

لا	نعم	
0	20	عدد المدربين
00%	100%	النسبة المئوية
	20	كا2 المحسوبة
	3.84	كا2 الجدولية

الجدول رقم (11) يمثل تأثير أسلوب التشجيع و التحفيز على مردود الفريق .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن نسبة من المدربين 100% ترى أن أسلوب التشجيع و التحفيز له أثر إيجابي على مردود الفريق و تليها نسبة 00% العكس و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (20) أكبر من كا2 الجدولية (3.84) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (01).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح نعم و يعزي الباحث أن أسلوب التشجيع له أثر ايجابي على مردود الفريق .



الشكل رقم (11) يمثل تأثير أسلوب التشجيع و التحفيز على مردود الفريق .

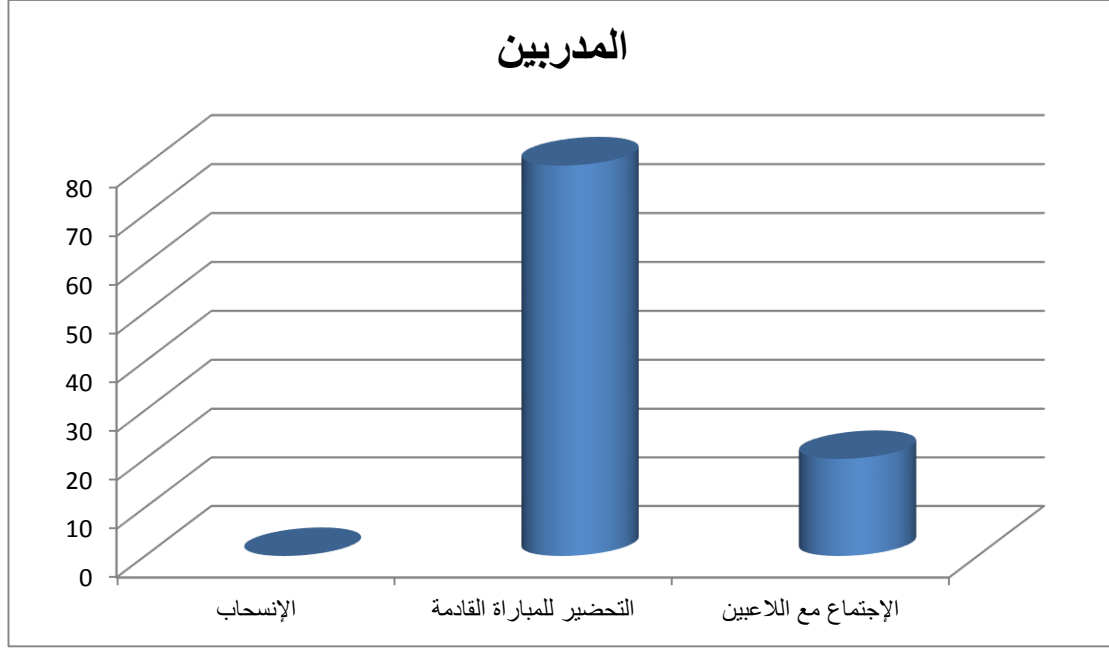
السؤال الثاني عشر: كيف تتعاملون مع النتائج السلبية للفريق بعد أحد مبارياته؟

الإجتماع مع اللاعبين	التحضير للمباراة القادمة	الإنسحاب	
4	16	0	عدد المدربين
20%	80%	%	النسبة المئوية
			كا2 المحسوبة
			20.82
			كا2 الجدولية
			5.99

الجدول رقم (12) يمثل التعامل مع النتائج السلبية للفريق بعد أحد المباريات .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (12) أن نسبة كبيرة من المدربين 80% يتعاملون مع النتائج السلبية للفريق بعد أحد المباريات بالتحضير للمباراة القادمة وتليها نسبة 20% الإجتماع مع اللاعبين و تليها نسبة 00% الإنسحاب ومن خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (20.82) أكبر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح التحضير للمباراة القادمة و يعزي الباحث أن المدربين يتعاملون مع النتائج السلبية للفريق بعد احد المباريات بالتحضير للمباريات القادمة .



الشكل رقم (12) يمثل التعامل مع النتائج السلبية للفريق بعد أحد المباريات .

المحور الثالث : التفاعل مع اللاعب .

السؤال الثالث عشر: هل تخبّر اللاعبين بنوع حلقة التدريب التي تخطط لها قبل التسخين ؟

أبدا	أحيانا	دائما	
01	12	07	عدد المدربين
05%	60%	35%	النسبة المئوية
		9.10	كا2 المحسوبة
		5.99	كا2 الجدولية

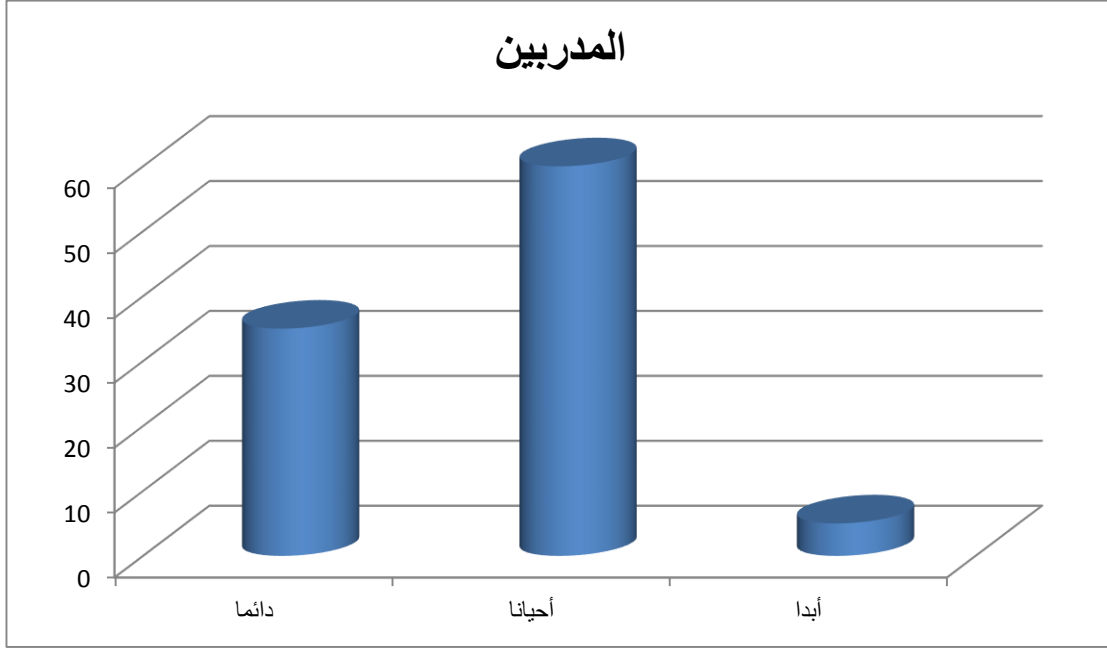
الجدول رقم (13) يمثل إخبار المدرب للاعبين بنوع حلقة التدريب التي يخطط لها قبل التسخين .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) أن نسبة كبيرة من المدربين 60% أحيانا ما تخبّر

اللاعبين بنوع حلقة التدريب وتليها نسبة 35% دائما و تليها نسبة 05% أبدا و من خلال النتائج

نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (9.10) أكبر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه نقول توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح أحيانا و يعزي الباحث أن أغلبية المدربين يخبرون اللاعبين بنوع الحلقة التدريب .



الشكل رقم (13) يمثل إخبار المدرب للاعبين بنوع حلقة التدريب التي يخطط لها قبل التسخين .

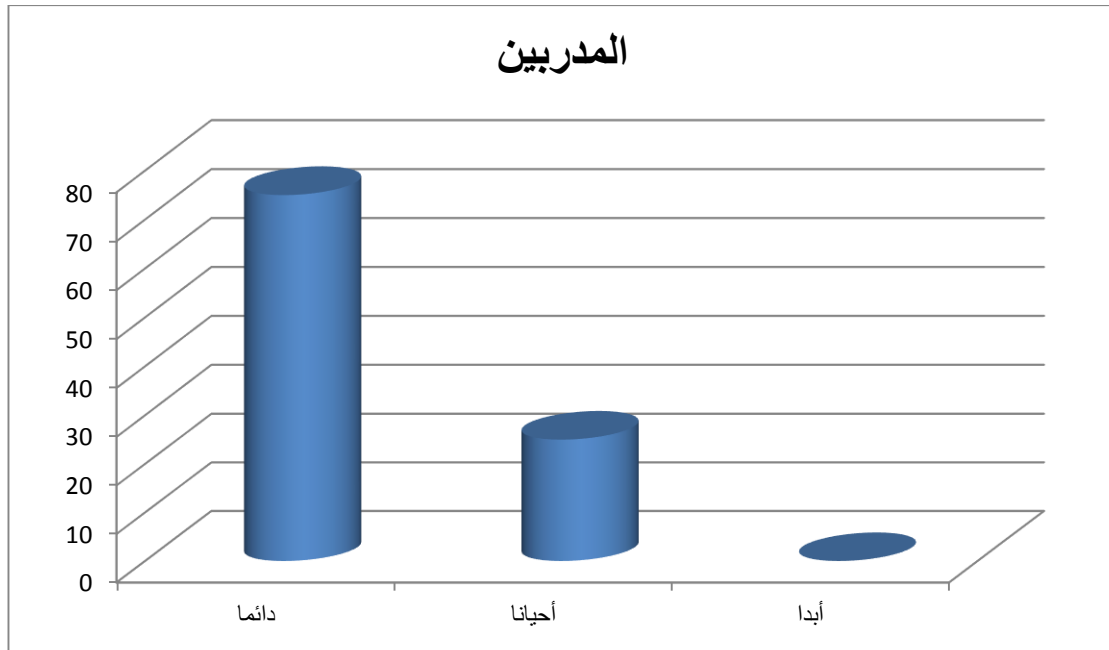
السؤال الرابع عشر: هل تقوم بإستخدام إسم اللاعب عندما تتحدث إليه ؟

دائما	أحيانا	أبدا	
15	05	0	عدد المدربين
75%	25%	00%	النسبة المئوية
17.51			كا2 المحسوبة
5.99			كا2 الجدولية

الجدول رقم (14) يمثل إستخدام إسم اللاعب من قبل المدرب عند التحدث إليه .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) أن نسبة كبيرة من المدربين 75% دائما ما تقوم باستخدام إسم اللاعب عند التحدث إليه وتليها نسبة 15% أحيانا و تليها نسبة 05% أبدا و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (17.51) أكبر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح دائما و يعزي الباحث أن أغلبية المدربين يقومون باستخدام إسم اللاعب عند التحدث إليه .



الشكل رقم (14) يمثل استخدام إسم اللاعب من قبل المدرب عند التحدث إليه .

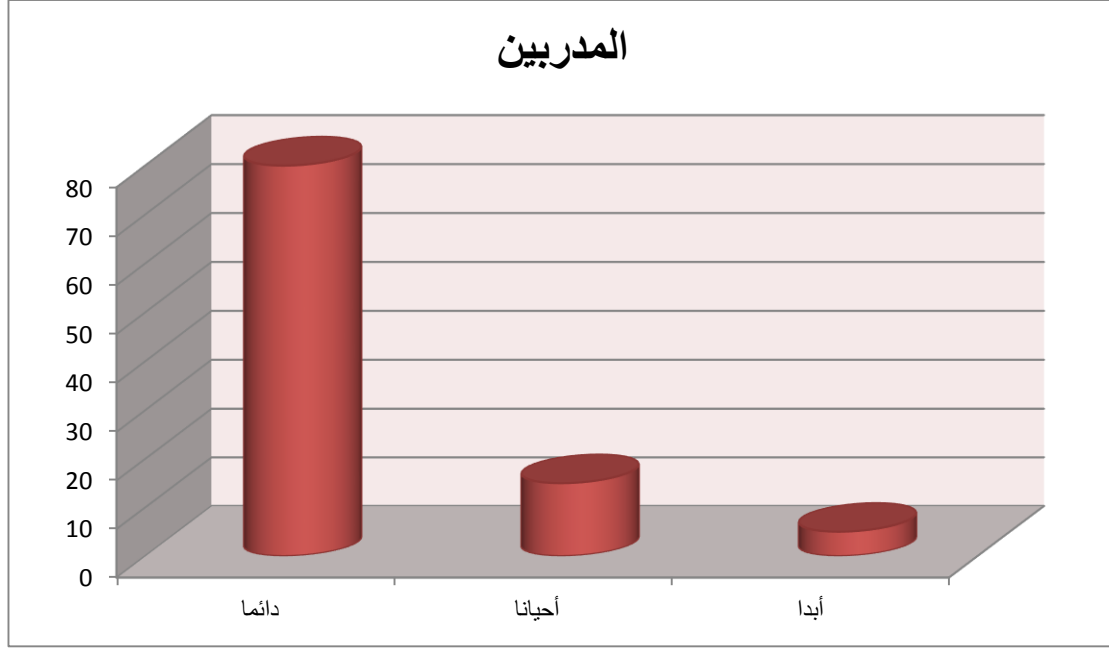
السؤال الخامس عشر : هل تهنئ اللاعب عندما يتدرب بجدية ؟

أبدا	أحيانا	دائما	
01	03	16	عدد المدربين
05%	15%	80%	النسبة المئوية
19.91			كا2 المحسوبة
5.99			كا2 الجدولية

الجدول رقم (15) يمثل تهنئة اللاعب من قبل المدرب عندما يتدرب بجدية .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (15) أن نسبة كبيرة من المدربين 80% دائما ما تهنئ اللاعب عندما يتدرب بجدية وتليها نسبة 15% أحيانا و تليها نسبة 05% أبدا و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (19.91) أكبر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) و درجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح دائما و يعزي الباحث أن أغلبية المدربين يهنؤون اللاعبين بجدية .



الشكل رقم (15) يمثل تهيئة اللاعب من قبل المدرب عندما يتدرب بجدية .

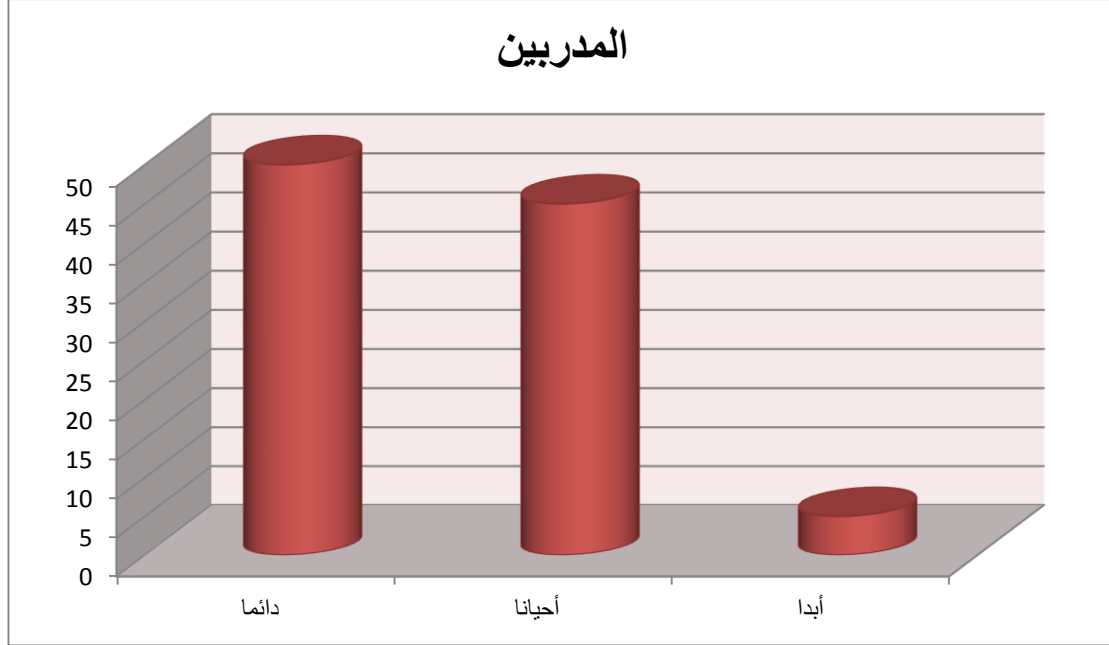
السؤال السادس عشر: هل تقوم بمساعدة اللاعب بوضع الأهداف لحلقات التدريب الخاصة به ؟

دائماً	أحياناً	أبداً	
10	09	01	عدد المدربين
50%	45%	05%	النسبة المئوية
7.30			كا2 المحسوبة
5.99			كا2 الجدولية

الجدول رقم (16) يمثل مساعدة اللاعب من قبل المدرب بوضع الأهداف لحلقات التدريب الخاصة به .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (16) أن نسبة كبيرة من المدربين 50% دائماً ما تقوم بمساعدة اللاعب بوضع الأهداف لحلقات التدريب الخاصة به وتليها نسبة 45% أحياناً و تليها نسبة 05% أبداً و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (7.30) أكبر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح دائما و يعزي الباحث أن أغلبية المدربين وغالبا أهم يقومون بمساعدة اللاعبين في وضع حلقات التدريب الخاصة بهم .



الشكل رقم (16) يمثل مساعدة اللاعب من قبل المدرب بوضع الأهداف لحلقات التدريب الخاصة به .

السؤال السابع عشر : هل تقول (السلام عليكم) في نهاية حلقات التدريب ؟

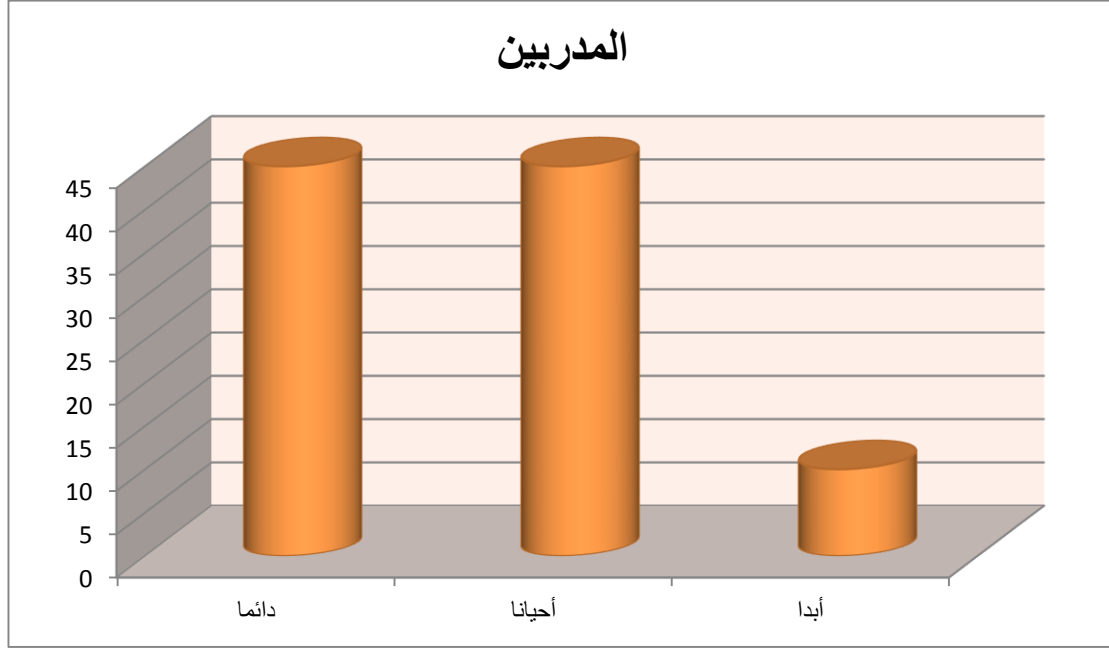
أبدا	أحيانا	دائما	
02	09	09	عدد المدربين
10%	45%	45%	النسبة المئوية
			كا2 المحسوبة
			4.90
			كا2 الجدولية
			5.99

الجدول رقم (17) يمثل قول السلام عليكم في نهاية حلقات التدريب من قبل المدرب .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (17) أن نسبة كبيرة من المدربين 45% دائما ما تقول السلام عليكم في نهاية حلقات التدريب و نفس النسبة 45% أحيانا و تليها نسبة 10% أبدا و من

خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (4.90) أصغر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن أغلبية المدربين يقولون السلام عليكم في نهاية الحصة التدريبية .



الشكل رقم (17) يمثل قول السلام عليكم في نهاية حلقات التدريب من قبل المدرب .

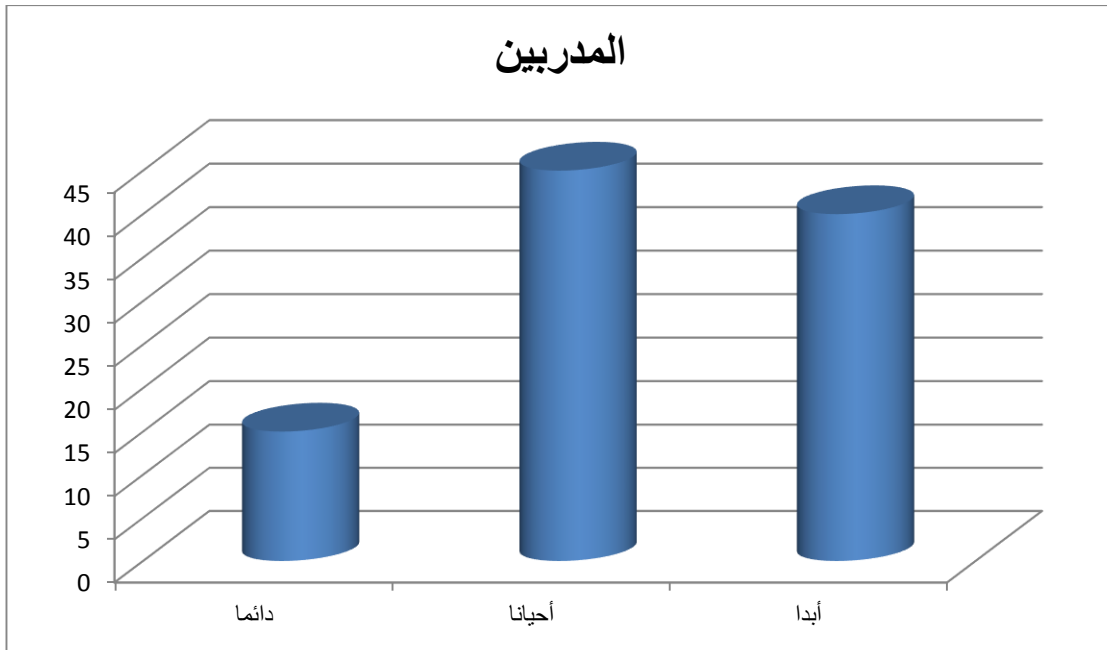
السؤال الثامن عشر : هل تطلب من اللاعب أن يخبرك بما يجبه و لا يجبه عن حلقات التدريب التي تقوم بها ؟

أبداً	أحياناً	دائماً	
08	09	03	عدد المدربين
40%	45%	15%	النسبة المئوية
		3.10	كا2 المحسوبة
		5.99	كا2 الجدولية

الجدول رقم (18) يمثل طلب المدرب من اللاعب إخباره بما يجبه و لا يجبه عن حلقات التدريب التي تقوم بها .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (18) أن نسبة كبيرة من المدربين 45% أحيانا ما تطلب من اللاعب أن يخبرها بما يجبه و لا يجبه عن حلقات التدريب التي يقوم بها و تليها نسبة 40% أبدا و تليها نسبة 15% دائما و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (3.10) أصغر من كا2 الجدولية (5.99) و ذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن أغلبية المدربين ما يطلبون من اللاعب بما يجبه وبما لا يجبه من الحصص التدريب .



الشكل رقم (18) يمثل طلب المدرب من اللاعب إخباره بما يجبه ولا يجبه عن حلقات التدريب التي تقوم بها .

المحور الرابع : الجانب المادي .

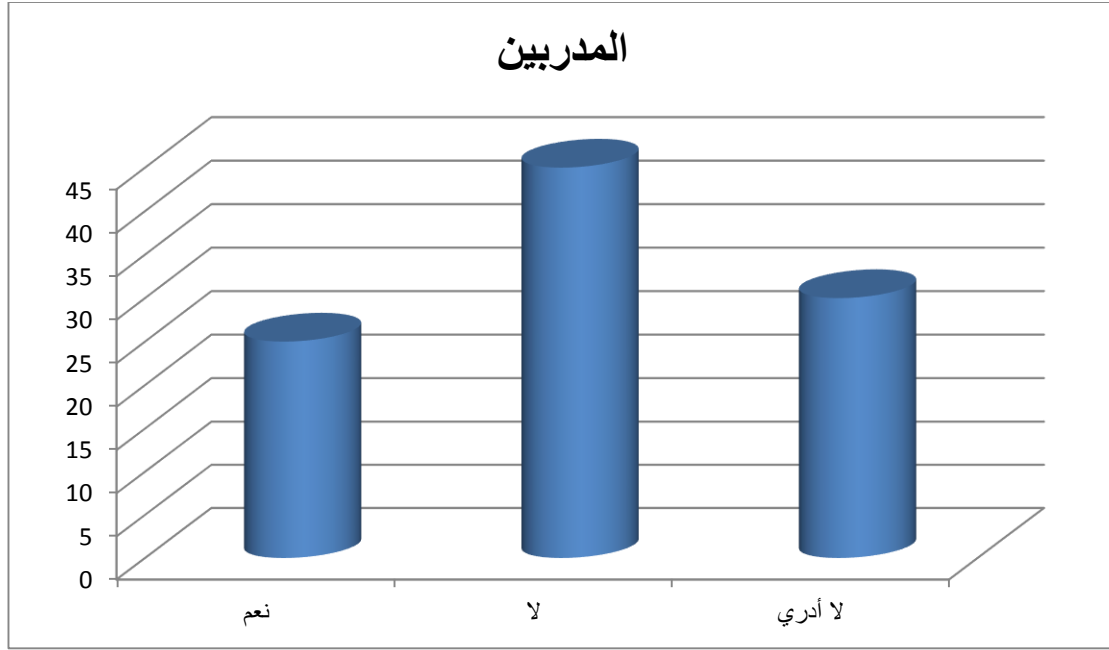
السؤال التاسع عشر: هل إختيارك لمهنة التدريب الرياضي له راتب شهري يلبي حاجاتك الأساسية ؟

لا أدري	لا	نعم	
06	09	05	عدد المدربين
30%	45%	25%	النسبة المئوية
		1.3	كا2 المحسوبة
		5.99	كا2 الجدولية

الجدول رقم (19) يمثل تلبية الراتب الشهري لحاجيات المدرب الأساسية .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (19) أن نسبة كبيرة من المدربين 45% ترى أن الراتب الشهري لا يلبي الحاجيات الأساسية و تليها نسبة 30% لا أدري و تليها نسبة 25% نعم و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (1.3) أصغر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02) .

مناقشة النتائج: و منه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن مهنة التدريب لا تلبي الحاجيات الأساسية .



الشكل رقم (19) يمثل تلبية الراتب الشهري لحاجيات المدرب الأساسية .

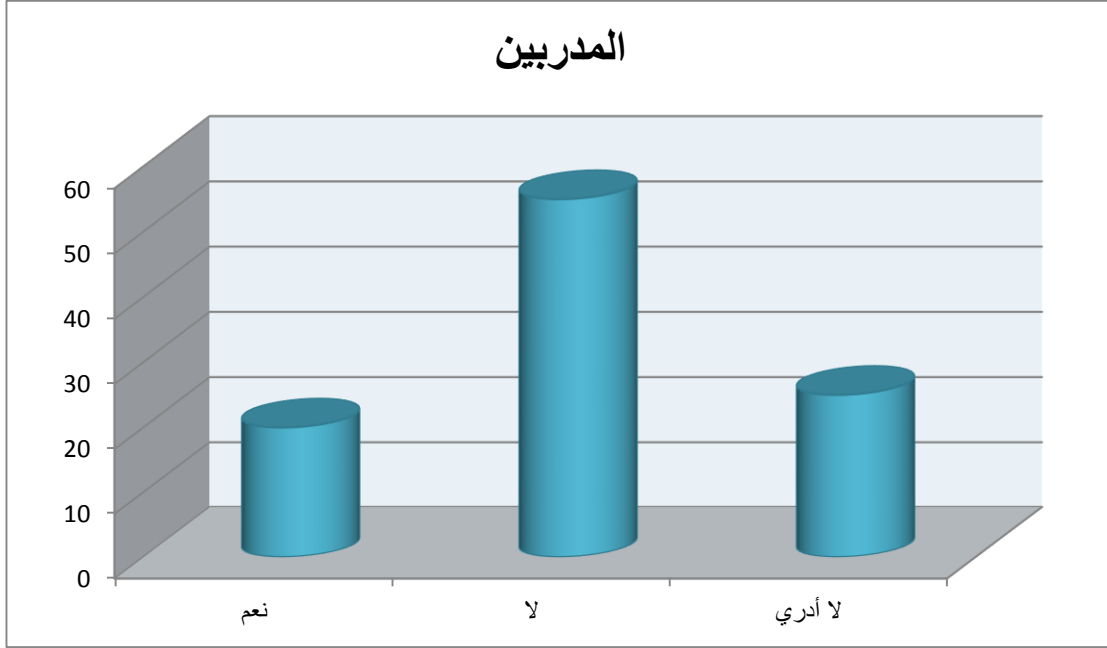
السؤال العشرون : هل الحصول على راتب شهري لمواجهة تكاليف الحياة دافع لإختيارك مهنة التدريب ؟

نعم	لا	لا أدري	
04	11	05	عدد المدربين
20%	55%	25%	النسبة المئوية
4.30			كا2 المحسوبة
5.99			كا2 الجدولية

الجدول رقم (20) يمثل الحصول على راتب شهري لمواجهة تكاليف الحياة دافع لإختيار مهنة التدريب .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (20) أن نسبة كبيرة من المدربين 55% ترى أن الحصول على راتب شهري لمواجهة تكاليف الحياة ليس دافعا لإختيار مهنة التدريب و تليها نسبة 25% لا أدري و تليها نسبة 20% نعم و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (4.30) أصغر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: و منه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن.



الشكل رقم (20) يمثل الحصول على راتب شهري لمواجهة تكاليف الحياة دافع لإختيار مهنة التدريب .

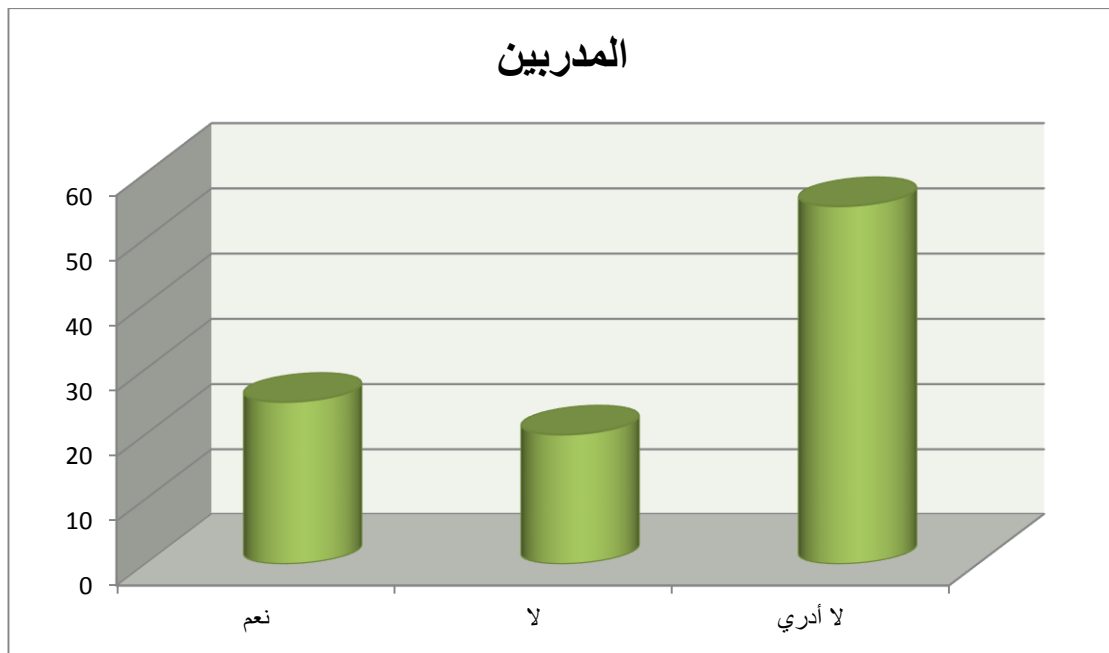
السؤال الواحد و العشرون : هل الراتب هو أقل مما تستحق ؟

لا أدري	لا	نعم	
11	04	05	عدد المدربين
55%	20%	25%	النسبة المئوية
		4.30	كا2 المحسوبة
		5.99	كا2 الجدولية

الجدول رقم (21) يمثل إستحقاق المدرب لما يتقاضيه .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (21) أن نسبة كبيرة من المدربين 55% لا تدري بأن الراتب هو أقل مما تستحق و تليها نسبة 25% نعم و تليها نسبة 20% لا و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (4.30) أصغر من كا2 الجدولية (5.99) و ذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن المدرب الرياضي بأن الراتب هو أقل مما يستحق.



الشكل رقم (21) يمثل إستحقاق المدرب لما يتقاضيه .

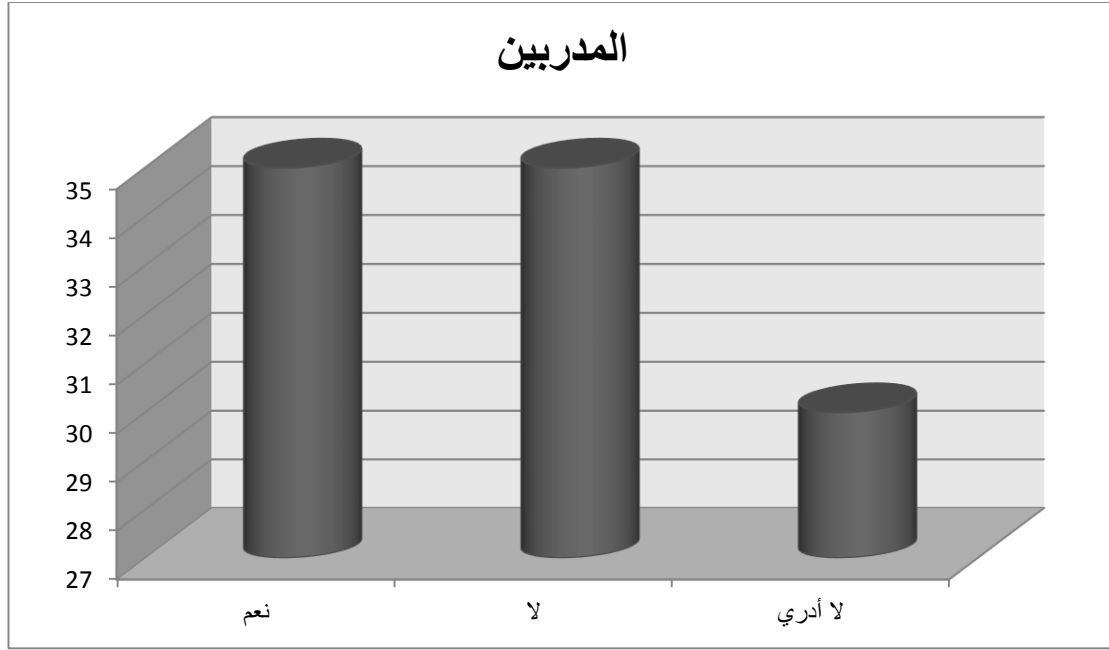
السؤال الثاني و العشرون : هل الراتب في مهنة التدريب أحسن مقارنة برواتب العاملين في قطاعات أخرى و هم بنفس مؤهلاتك ؟

لا أدري	لا	نعم	
06	07	07	عدد المدربين
30%	35%	35%	النسبة المئوية
0.099			كا2 المحسوبة
5.99			كا2 الجدولية

الجدول رقم (22) يمثل راتب مهنة التدريب مقارنة برواتب العاملين في قطاعات أخرى .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (22) أن نسبة كبيرة من المدربين 35% ترى أن الراتب في مهنة التدريب أحسن مقارنة برواتب العاملين في قطاعات أخرى و نفس النسبة 35% لا و تليها نسبة 30% لا أدري و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (0.099) أصغر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن و هذا ما يبينه الشكل (22) بأن المدربين لا يعتبرون مهنة التدريب الرياضي أحسن مقارنة برواتب العاملين في قطاعات أخرى .



الشكل رقم (22) يمثل راتب مهنة التدريب مقارنة برواتب العاملين في قطاعات أخرى .

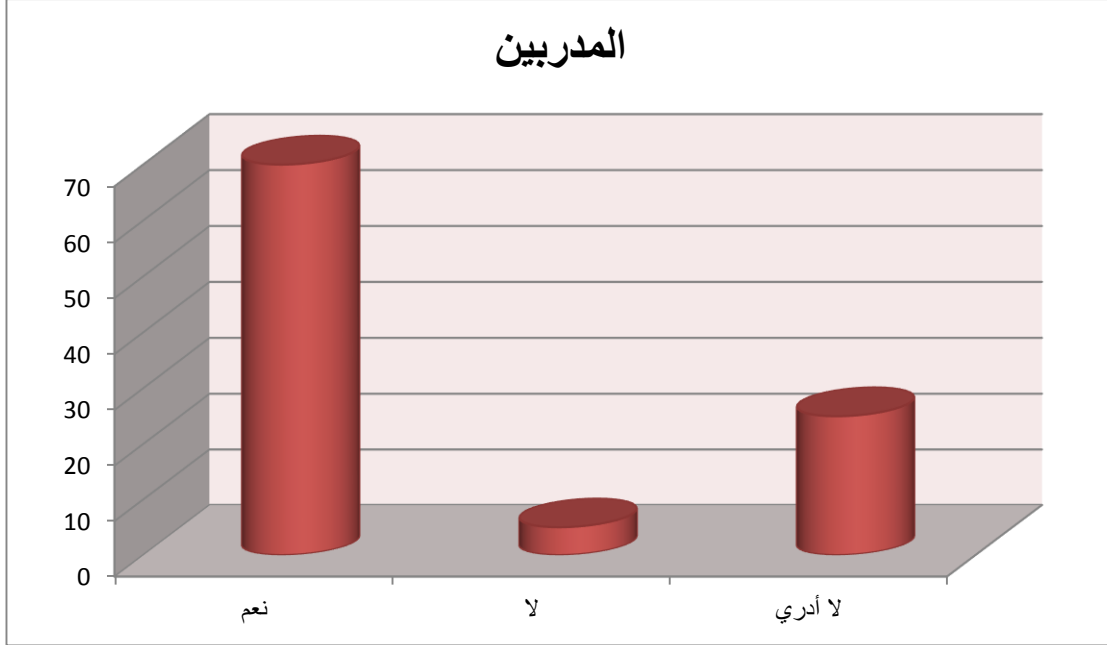
السؤال الثالث و العشرون : هل مهنة التدريب الرياضي توفر الكسب المادي الشريف ؟

نعم	لا	لا أدري	
14	01	05	عدد المدربين
70%	05%	25%	النسبة المئوية
13.31			كا2 المحسوبة
5.99			كا2 الجدولية

الجدول رقم (23) يمثل توفير الكسب المادي الشريف من قبل مهنة التدريب .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (23) أن نسبة كبيرة من المدربين 70% ترى أن مهنة التدريب الرياضي توفر الكسب المادي الشريف و تليها نسبة 25% لا أدري و تليها نسبة 05% لا و من خلال النتائج نجد أن قيمة كا2 المحسوبة (13.31) أكبر من كا2 الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين لصالح نعم و يعزي الباحث أن هذه المهنة التدريب الرياضي توفر الكسب المادي الشريف .



الشكل رقم (23) يمثل توفير الكسب المادي الشريف من قبل مهنة التدريب .

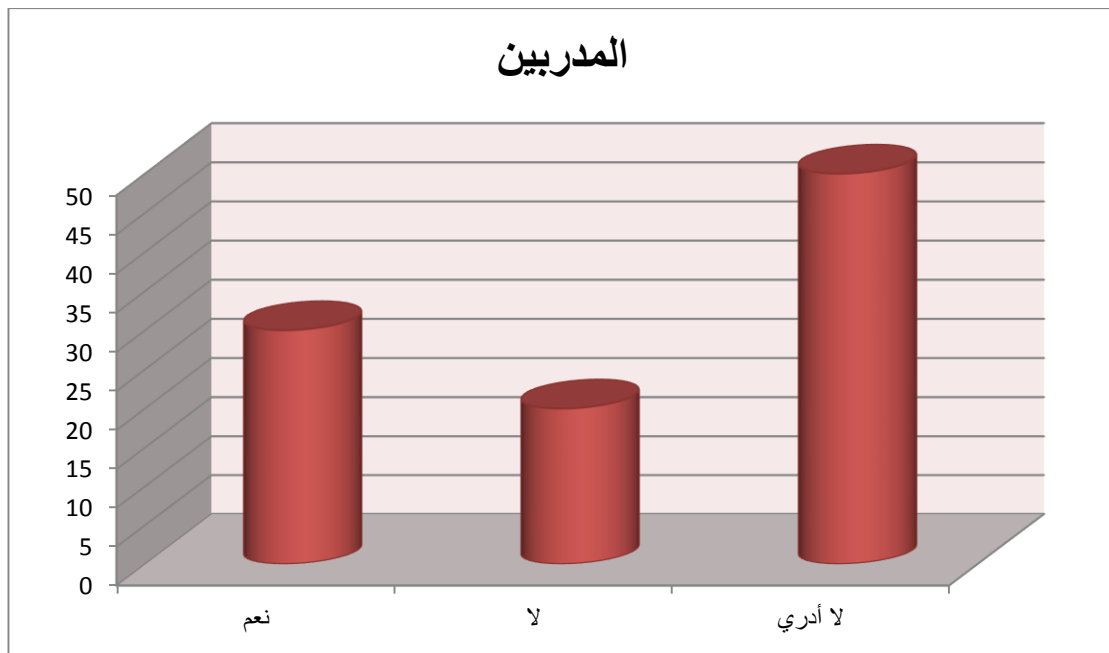
السؤال الرابع و العشرون : هل مهنة التدريب الرياضي تسمح للعاملين فيها العيش براحة ؟

لا أدري	لا	نعم	
10	04	06	عدد المدربين
50%	20%	30%	النسبة المئوية
		2.80	كا2 المحسوبة
		5.99	كا2 الجدولية

الجدول رقم (24) يمثل العيش براحة بالنسبة للعاملين في مهنة التدريب .

تحليل النتائج: نلاحظ من خلال الجدول رقم (24) أن نسبة كبيرة من المدربين 50% لا تدري بأن مهنة التدريب الرياضي تسمح للعاملين فيها العيش براحة و تليها نسبة 30% نعم و تليها نسبة 20% لا و من خلال النتائج نجد أن قيمة كاسي المحسوبة (2.80) أصغر من كاسي الجدولية (5.99) وذلك عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة الحرية (02).

مناقشة النتائج: ومنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المدربين و يعزي الباحث أن بأن مهنة التدريب الرياضي ربما تسمح للعاملين فيها العيش براحة .



الشكل رقم (24) يمثل العيش براحة بالنسبة للعاملين في مهنة التدريب .

الاستنتاجات:

انطلاقاً من نتائج الدراسة و في ضوء ما تم عرضه من خلفية نظرية و اعتماداً على البيانات الإحصائية المتحصل عليها و انطلاقاً من الهدف الرئيسي للبحث و هو معرفة ما هي الدوافع إختيار مهنة التدريب الرياضي لدى مدربي كرة القدم لولاية غليزان توصلنا إلى :

- المهنة كانت جميعها من النوع، وكانت معظمها نفسية واجتماعية ومهنية أكثر من كونها مادية .
- كما أظهرت الدراسة أيضاً أن المتغيرات المختلفة التي تناولها لم يكن لها من تأثير واضح في تفضيل دافع على آخر، مما يدل على عمومية هذه الدوافع عند جميع المدربين لولاية غليزان.
- ويمكن استنتاج أيضاً أن المتغيرات المختلفة التي تناولها لم يكن لها من تأثير واضح على الدوافع، مما يدل على أن هناك عوامل مشتركة بين المدربين بغض النظر على المتغيرات الديمغرافية وهذا ما أدى إلى إجماع بالنسبة لمعظم الفئات على أنهم راضين على التدريب ومعظم الفئات راضين على عن الأجر والبعض لا.

عرض ومناقشة الفرضيات :

الفرضية الأولى:

يتميز مدربي كرة القدم بدوافع التي تكون وراء إختيار مهنة التدريب الرياضي التالية: الحب لمهنة، حب اللاعبين، نظرة تختار مجتمع التدريب، خلق العلاقات... الخ.
من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم اتضح لنا أن أغلبية المدربين تصاحبهم هذه الدوافع المذكورة أعلاه ، مما يدل على أن الفرضية التي أدرجناها في البحث تحققت .

و عليه يرى الطالبان من خلال التعاريف السابقة و استنادا إلى الدراسات السابقة فقد توصلنا إلى أن الدوافع ناتجة عن مثير خارجي أو داخلي تنتزع للظهور أحيانا و بدرجات متفاوتة و بمظاهر مختلفة بحيث تكون معبرة وهي "المحركات التي تقف وراء سلوك الفرد والحيوان على حد سواء فهناك سبب أو عدة أسباب وراء كل سلوك ، وهذه الأسباب ترتبط بحالة الكائن الحي الداخلية عند حدوث السلوك من جهة، وبمثيرات البيئة الخارجية من جهة أخرى" (التربوي)) وهي تتميز بأربع أنواع :

- الدافع الفطري

- الدافع المكتسب

- الدافع الشعوري

- الدافع اللاشعوري

مناقشة الفرضية الثانية :

الدوافع لها تأثير على إختيار مدربي كرة القدم لمهنة التدريب الرياضي.

من خلال النتائج الموضحة في الجداول من (01 إلى 10) نجد أن هناك تأثير للانفعالات النفسية و لكن بنسبة قليلة جدا، و يتبين ذلك من خلال النتائج الاحصائية الموضحة في الجداول أعلاه، و عليه الفرضية الثانية المقترحة من طرف الطالب لم تتحقق.

و عليه يرى الطالب أن عنصر التأثير هو استجابة خارجية يخبرها شخص معين بأنه هو وحده الذب يشعر بها ، بالإضافة إلى رأي كل من (أرنوف، 1983) و (دافيدوف، 1988) بأن تأثير الدوافع قد يثير بدوره مظهرها خارجيا يدل عليه أحيانا للظهور و يصعب التحكم فيه و يكون ذلك معتمدا على عدد من العوامل التي تتضمن شكل التعبير الخبرة السابقة و العمر الزمني.

الاقتراحات و التوصيات:

من خلال نتائج الدراسة المتوصل إليها ارتأينا أن نخرج بمجموعة من التوصيات و الاقتراحات التي قد تفيد القائمين عليها و هي كالتالي:

للمحافظة على مهنة التدريب الرياضي ، والتي لها دور في الحياة الأمم والشعوب ، وحي نجعلها في المكانة المرموقة التي نصبو إليها جميعاً وتؤدي رسالتها للأجيال بكل امانة وإخلاص ، فإنه لابد من توجيه الاهتمام والرعاية الخاصة للطرف الفعال في العملية التدريبية ألا وهو المدرب . وذلك بتوفير الظروف المناسبة ، والمناخ الملائم لأداء الرسالة ، وإعادة إعتبار لهذه المهنة الشريفة التي تستحق الإحترام والتقدير كما أكد عليها أفراد مجتمع البحث مراراً وتكراراً.

- عدم إهمال الجانب النفسي باعتباره عامل مهم في تحقيق النتائج الجيدة.
 - إجراء بحوث مستقبلية تتناول موضوع.
 - إجراء ندوات و محاضرات فيما يخص المجال.
 - معالجة مشكلات المدربين حسب قوانين ونظم مرنة يشاركون في صياغتها .
 - العمل على تحسين ظروف المهنة ، وذلك بتوفير البيئة المادية المناسبة لممارسة النشاط البدني الرياضي .
 - العمل على رفع أجور المدربين الرياضيين بحيث تتماشى مع القدرة الشرائية والظروف المعيشية .
 - إحداث قوانين وصيغ جديدة في ترقية المدربين يشاركون فيها .
- ✓ واستكمالاً للمسيرة البحثية يوصي الباحث بما يلي :

1- إجراء بحوث عن الدوافع

- 2- إعادة إجراء الدراسة نفسها في ظروف تساعد على توفير المزيد من المعلومات وعلى عينة تمس مختلف مناطق الوطن ، ليتمكن الإطمئنان إلى النتائج المحققة .
- 3- القيام ببحث مكمل للتحري عن إمكانية وجود علاقات ذات دلالة إحصائية بين كل من السمات الديمغرافية ومستويات أخرى من الدوافع .
- 4- إجراء دراسة حول دور العوامل الدينية الثقافية والإجتماعية في تحديد أبعاد الدافعية .

خلاصة عامة:

إن الخلاصة التي توصلنا إليها من خلال نتائج البحث النظري و الدراسة الميدانية نستخلص ما يلي :
أن الدوافع ارتباطا وثيقا بدافعية الإنسان و حاجاته و حسب النشاط الممارس، و من النادر أن تحدث أنواع من التعليم أو اللعب أو العلاقات الاجتماعية من المتعارف عليه من السيكولوجين أن سلوك الأفراد ناتجة عن دوافع وقد وردت عدت تعاريف للدوافع منها من كانت تصب في صميم واحد ومنها ون كانت تعبر عن آراء ومن هذه التعاريف :

تعريف "لأسامة كامل راتب" حيث يرى أن الدوافع هي حالة من التوتر يثير السلوك في ظروف معينة وتوجهه وتؤثر عليه ، بمعنى آخر حالة من نوع خاص توجه سلوك الفرد (راتب، 1990)

فإذا نظرنا إلى الفرضيات فإننا نقول بأن الفرضيات تحققت أي بمعنى آخر أن هذه الدوافع لها ميزة و تأثير على التلاميذ و لكن بسبة قليلة جدا خاصة على إستعداداتهم العقلية و النفسية و البدنية... إلخ، و منه أن مسؤولية ظهور الانفعال النفسي هي مسؤولية الجميع سواءا من حيث المجتمع أو الأسرة أو المؤسسة التربوية لأن كل واحد منها يكمل الآخر و التلميذ المراهق جزء منهم بدرجة أولى.

قائمة المصادر والمراجع

Bibliographie

- أ . علي فهمي البيك - عماد الدين عباس أبو زيد .المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية
- ب . محمد حسن علاوي .(2002) .سيكولوجية المدرّب الرياضي
- ت .المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية، مرجع سابق .
- ث .سيكولوجية المدرّب الرياضي.
- ج .البساطي، أ.ا. (1998) .أسس وقواعد التدريب الرياضي .الإسكندرية.
- ح .الربضي، ك.ج. (2004) .التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين .
- خ .الرحمان، ن.أ. (2003) .منظومة التدريب الرياضي .
- د .زيد، ع.ف.-ع.المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية .
- ذ .ص.ع.ف.-ع. (2003) .المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية .
- ر .علاوي، م.ح. (s.d.) .سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- ز .علاوي، م.ح. (2002) .
- س .علاوي، م.ح.سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- ش .علاوي، م.ح.سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- ص .علاوي، م.ح.سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- ض .علاوي، م.ح.سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- ط .علاوي، م.ح.سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- ظ .علي فهمي البيك – عماد الدين أبو زيد .(2000) .المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية .
- ع .علي فهمي البيك - عماد الدين أبو زيد .المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية .

- غ . علي فهمي البيك - عماد الدين أبو زيد .المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية .
- ف . علي فهمي البيك - عماد الدين عباس أبو زيد ،
- ق . علي فهمي البيك - عماد الدين عباس أبو زيد ، المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية
- ك . محمد حسن علاوي ، سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- ل . محمد حسن علاوي ، سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- م . محمد حسن علاوي ، سيكولوجية المدرّب الرياضي .
- هـ . مهنة التدريب أسس وتطبيق.
- و . اسامة كامل راتب (1990) دوافع التفوق في النشاط الرياضي.
- ق . عبد اللطيف محمد الخليفة .
- المصادر باللغة الأجنبية :

Bibliographie

(1) Scholich, M. .: (1965).

(1)Matwejew, L. .: (s.d.).

ملخص الدراسة:

عنوان الدراسة:

دوافع إختيار مهنة التدريب الرياضي لدى مدربين كرة القدم لدى " ولاية غليزان"
تكمّن إسهامات هذا البحث بصفة عامة وإلى البحوث التي أجريت بصفة خاصة يمكن أن
يلخصها الباحث فيما يلي :

أ. إبراز دوافع إختيار مهنة التدريب الرياضي لدى مدربين كرة القدم لولاية

غليزان

ب. إبراز أولوية أبعاد الدافعية في إختيار مهنة التدريب الرياضي لدى مدربين

كرة القدم لولاية غليزان .

ت. إبراز الروح المعنوية عند مدربين كرة القدم ، ودرجة حبهم لمهنتهم.

ث. التأكيد على عنصر مهم جدا في إختيار المهني وهو الدافع النفسي

وبدرجة أقل الدوافع الإجتماعية والمهنية والمادية .

Résumé de l'étude :

Titre de l'étude :

Les motifs de choix de la profession d'entraînement sportif pour entraîneurs de football à Relizane mandat"

Les contributions de cette recherche se situe généralement aux recherches menées en particulier peuvent être résumées comme suit :

A. mettre en évidence les motivations pour le choix de la profession d'entraînement athlétique, entraîneurs de football ont le mandat de Relizane.

B. Mettez en surbrillance les dimensions de la priorité de la motivation dans le choix de lui l'entraîneur à des entraîneurs de football pour le mandat de Relizane.

C. Mettez en surbrillance le moral quand l'entraîneur football, leur amour pour leur profession.

D.L'accent sur un élément très important dans le choix d'une professionnelle et psychologique de la motivation est beaucoup moins sociale et professionnelle des motivations et des matériaux.